วิปัสสนาภาวนา



วิปัสสนาภาวนา

โดย พระเรรุกาเน จันทวิมละ สังฆนายกมหาเถระ

ดร. สุนทร พลามินทร์ ***แปล***



วิปัสสนาภาวนา

โดย พระเรรุกาเน จันทวิมละ สังฆนายกมหาเถระ

ดร. สุนทร พลามินทร์ **แปล**

วิปัสสนาภาวนา

โดย พระเรรุกาเน จันทวิมละ สังฆนายกมหาเถระ

แปล ดร. สุนทร พลามินทร์

ภาพปก อรรถนิติ ลาภากร

แบบปก พระอิสรา ฐานิสสโร

จำนวนพิมพ์ ๔,๐๐๐ เล่ม

ปีที่พิมพ์ ๒๕๕๖

พิมพ์ที่ บริษัท พิมพ์สวย จำกัด ๐-๒๙๕๓-๙๖๐๐

กว่าจะเป็น วิปัสสนาภาวนา ภาคภาษาไทย

หลังจากงานหนังสือ *อริยสัจ ๔* พิมพ์สำเร็จออกมาสู่สายตาของผู้อ่านที่ระดับความรู้ความเข้าใจทางด้านพระพุทธศาสนาแตกต่างกัน จึงมีคำวิพากษ์วิจารณ์ต่างๆ ท่านที่เริ่มศึกษาก็จะว่ายากเกินไป แต่ท่านที่มีความรู้ทางพระพุทธศาสนาดีแล้ว จะชื่นชมว่าเป็นหนังสือที่ดีมาก อย่างไรก็ตาม หลวงปู่เรรุกาเน จันทวิมละมหาเถระ ได้ถ่ายทอดคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอย่างละเอียดลออ โดยพยายามอธิบายให้เข้าใจง่ายและเห็นภาพอย่างชัดเจน ถึงเรื่องทุกข์ เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ทางดับทุกข์ และทางสู่ความดับทุกข์ เนื่องจากท่านมีความรอบรู้ในพระไตรปิฎกอย่างแตกฉาน และเป็นพระนักปฏิบัติอย่างยอดเยี่ยม ทำให้งานเขียนของท่านมีความสมบูรณ์ในทุกแง่ของคำสอน

ด้วยเจตนาที่ต้องการให้งานเขียนที่เป็นประโยชน์ของหลวงปู่ ได้เผยแผ่ในหมู่พุทธศาสนิกชนคนไทย จึงได้จัดพิมพ์หนังสืออีกเล่มหนึ่งของท่านขึ้นมา คือ *วิปัสสนาภาวนา* ในภาคภาษาไทย เป็นการแปลจากภาษาสิงหล โดยอาจารย์สุนทร พลามินทร์ ซึ่งแปลเสร็จตั้งแต่ต้นปี ๒๕๕๕ เป็นปีที่ครบรอบ ๒๖๐๐ ปี แห่งการตรัสรู้ของพระบรมศาสดาพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

เหตุที่หนังสือออกมาล่าช้าก็เพราะข้าพเจ้าผู้ตรวจพิสูจน์อักษรทำงานได้ช้ามาก เพราะความเจ็บป่วย และผู้ที่ประสงค์จะพิมพ์ร่วมกันเพื่อแจกจ่ายยังมีไม่มากพอ แต่ในที่สุด คุณศรีนวล จรัสศิลป์ เจ้าภาพหลักผู้บริจาคพิมพ์หนังสือ

อริยสัจ ๔ ได้แจ้งความประสงค์มาว่า มีความยินดีรับเป็นเจ้าภาพหลักในการพิมพ์หนังสือ *วิปัสสนาภาวนา* เล่มนี้เช่นกัน เพื่อถวายเป็นพุทธบูชาในปีพุทธชยันตี เรื่องปัจจัยในการพิมพ์จึงหมดปัญหาไป ส่วนขั้นตอนการประดิษฐ์ให้ออกมาเป็นหนังสือที่น่าอ่านและขั้นตอนการพิมพ์ ข้าพเจ้าขอให้พระอิสราฐานิสสโร รับหน้าที่นี้ไป

ด้วยจิตใจที่เป็นกุศลของทุกๆ ท่านที่ร่วมแรงร่วมใจให้หนังสือนี้สำเร็จออกมา เพื่อเกื้อหนุนสำหรับผู้ที่ต้องการศึกษา ค้นหาแนวทางปฏิบัติที่ถูกต้องตามคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า หวังใจว่าผู้ที่ได้อ่าน ค้นคว้า ศึกษาอย่างจริงจังจะได้รับประโยชน์สูงสุดในการปฏิบัติตามแนวทางคำสอน คือได้พบหนทางแห่งการพ้นทุกข์ในที่สุด เทอญ

ชุติมา สุวรรณกุล
บรรณาธิการ

จากใจผู้แปล

วิปัสสนาภาวนา เป็นผลงานที่เปี่ยมล้นด้วยคุณค่าอีกเล่มหนึ่ง ซึ่งหลวงปู่เรรุกาเน จันทวิมละ สังฆนายกมหาเถระแห่งศรีลังกา ได้บรรจงรจนาฝากไว้ในบรรณพิภพแห่งโลกพระพุทธศาสนา ท่านเขียนต้นฉบับเสร็จในปลายปี ๒๔๙๑ และคณะผู้จัดพิมพ์ได้ดำเนินการพิมพ์เผยแพร่ในปีต่อมา (๒๔๙๒) เรียกว่า เป็นผลงานที่ออกมาก่อนช่วงงานเฉลิมฉลอง ๒๕ พุทธศตวรรษราว ๘-๙ ปี ดังท่านได้กล่าวถึงงานนี้ในคำนำของท่านด้วย หลังจากนั้น ได้มีการตีพิมพ์ซ้ำหลายครั้งหลายหน ซึ่งฉบับที่ผมนำมาใช้ในการแปลครั้งนี้ เป็นการพิมพ์ครั้งที่ ๒๐ แล้ว แสดงให้เห็นว่า หนังสือเล่มนี้ของท่านเป็นที่นิยมชมชอบของนักอ่านในศรีลังกามากมายเพียงใด

แม้หนังสือ ***วิปัสสนาภาวนา*** เล่มนี้จะเน้นหนักไปในภาคปฏิบัติ แต่ก็เป็นตำราธรรมะประเภทวิชาการด้วย คือ อธิบายวิธีการปฏิบัติแบบอิงอาศัยหลักวิชาการ และมีเนื้อหาที่ดูแล้วน่าจะยากต่อการทำความเข้าใจ แต่ด้วยอัจฉริยภาพและพรสวรรค์อันเป็นความสามารถพิเศษเฉพาะตัวของหลวงปู่ ได้ทำให้หนังสือเล่มนี้กลับกลายเป็นผลงานประพันธ์ที่ "อ่านเพลิน" เป็นอย่างยิ่ง ทั้งสามารถนำพาท่านผู้อ่านให้ก้าวเข้าไปสู่ความลุ่มลึกของเนื้อหาได้โดยไม่ยากเย็นนัก สมดังความตั้งใจของท่านที่ได้ปรารภเอาไว้ในคำนำว่า "เคยได้ยินได้ฟังหลายคนพูดกันว่า หนังสือธรรมะอ่านเข้าใจได้ยาก ดังนั้น ข้าพเจ้าจึงตั้งความอุตสาหะเป็นพิเศษในการเขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้น เพื่อให้อ่านเข้าใจง่ายที่สุดเท่าที่จะสามารถทำได้" ถึงกระนั้น ท่านก็ยังไม่ลืมที่จะเตือนเอาไว้ในประโยคถัดไปว่า

“แต่หนังสือซึ่งอธิบายเรื่องราวอันลึกซึ้งเช่นนี้ จะอ่านเพียงครั้งสองครั้งให้เข้าใจย่อมเป็นไปไม่ได้ ถ้าจะถือเอาประโยชน์จากหนังสืออย่างแท้จริง ควรต้องอ่านซ้ำแล้วซ้ำเล่าจนกว่าจะเข้าใจเนื้อความ” ซึ่งท่านผู้อ่านสมควรสำเหนียกความข้อนี้เอาไว้ ดังท่านได้เมตตากล่าวเตือนนั้นแล

แม้หลวงปู่ผู้ประพันธ์จะแสดงความตั้งใจเขียนหนังสือเล่มนี้ให้ “อ่านง่ายที่สุด” แต่ท่านก็อดไม่ได้ที่จะใช้ศัพท์สันสกฤตยากๆในการอธิบายเนื้อหาที่ลุ่มลึกบางตอน ยกตัวอย่างเช่น ท่านใช้ศัพท์สันสกฤตว่า *“มารฺคาธิคม” “อาชฺญาวฺยติกฺรมณนฺตราย” “จกฺษุรฺวิชฺญาณ” “โศฺรตฺรวิชฺญาณ” “อนิตฺยลกฺษณ” “อนาตฺมลกฺษณ”* เป็นต้น ในภาษาไทยเรา แม้มีการใช้คำที่ทับศัพท์มาจากสันสกฤตโดยตรงอยู่จำนวนหนึ่ง แต่ศัพท์สันสกฤตที่หลวงปู่นำมาใช้เหล่านี้ ถ้าใช้ทับศัพท์เป็นไทย ก็อาจไม่เป็นที่คุ้นเคยสำหรับนักอ่านไทยอยู่นั่นเอง ผมจึงเลือกใช้วิธีการแปลความจากสันสกฤตบ้าง หรือแปลทับศัพท์เป็นรูปแบบบาลีบ้างในกรณีที่คำบาลีนั้นเราคุ้นเคยกันในภาษาไทยอยู่แล้ว เพื่อให้หนังสือธรรมะฉบับแปลเล่มนี้อ่านง่ายที่สุด ดังเจตนารมณ์ที่แท้จริงของหลวงปู่ หวังว่าท่านผู้อ่านจะได้รับประโยชน์โดยง่ายยิ่งขึ้นตามสมควร

การแปลหนังสือเล่มนี้ยึดหลักเช่นเดียวกับผลงานแปลเล่มอื่นๆที่ผ่านมาทั้งที่เป็น การแปลจากต้นฉบับภาษาอังกฤษและภาษาสิงหล คือ ตั้งใจแปลด้วยความเคารพต่อท่านผู้ประพันธ์ และพยายามแปลให้ใกล้เคียงกับต้นฉบับเดิมมากที่สุด โดยมีเจตนาไม่ละเว้นคำศัพท์ใดๆ แม้เป็นคำศัพท์เล็กๆน้อยๆที่ใช้ประกอบประโยคให้สละสลวยก็ตาม ผลงานนี้จึงมิใช่เป็นการแปลแบบจับใจความ หรือ “แปลและเรียบเรียง” แต่เป็นการแปลแบบหมดสิ้นทุกถ้อยคำศัพท์เท่าที่ภาษาไทยจะอนุโลมให้เป็นไป ทั้งนี้ ด้วยความมุ่งหวังเพื่อให้ท่านผู้อ่านสามารถเข้าถึงเนื้อความและอรรถรส อย่างหมดจดสมบูรณ์แบบที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ วิธีการแปลเช่นนี้อาจไม่เป็นที่นิยมสำหรับบางท่าน และอาจเป็นความยุ่งยากในการบริหารสำนวนโวหารในภาษาไทยให้สละสลวยงดงาม แต่อาจเป็นวิธีดีที่สุดในการแสดงความเคารพต่อต้นฉบับเดิม และเอื้ออำนวยต่อ

การที่ท่านผู้อ่านจะพึงได้รับประโยชน์สูงสุดจากการอ่าน พร้อมกับการได้สัมผัสลีลาและสุนทรียภาพทางภาษาของหลวงปู่ให้ใกล้เคียงกันกับการอ่านต้นฉบับเดิมด้วยเช่นกัน จะมีที่ปรับเปลี่ยนก็เฉพาะแต่ย่อหน้าในบางแห่ง และบางบทที่เนื้อหายาวมาก สมควรแบ่งย่อหน้าหรือขึ้นบทใหม่ เพื่อให้การอ่านและการจับประเด็นเนื้อความง่ายยิ่งขึ้นเท่านั้น

การสะกดคำศัพท์เฉพาะในทางพระพุทธศาสนา ผมยึดถือแนวทางใน *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์* ของ *พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต)* เป็นหลัก เช่น *"สัมมาทิฏฐิ" "สักกายทิฏฐิ" "โลกุตตรมรรคญาณ"* เป็นต้น แต่ก็มีบ้างที่สะกดตาม พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน ในกรณีที่คำศัพท์เหล่านั้นใช้กันดาษดื่นอยู่แล้วในภาษาไทยเรา ส่วนการใช้ "ๆ" (ไม้ยมก) นั้น ไม่ได้เว้นวรรค ดังคำว่า "นั้นๆ" "อื่นๆ" "นานๆที" "ทั้งๆที่" "แล้วๆเล่าๆ" เป็นต้น

ความจริงแล้ว หนังสือที่ว่าด้วยเรื่องการปฏิบัติธรรมในรูปแบบต่างๆนั้นหาอ่านได้ไม่ยากนัก ทั้งที่เป็นภาษาไทยและภาษาต่างประเทศ แต่ ***วิปัสสนาภาวนา*** เล่มนี้ นำเสนอมุมมองและวิธีการที่แตกต่างจากที่หลายท่านคุ้นเคย อันเป็นผลจากการศึกษาค้นคว้า การปฏิบัติ และประสบการณ์ตรงของท่านผู้ประพันธ์ ดังท่านได้กล่าวยืนยันเอาไว้ในคำนำของท่านว่า

"หนังสือเล่มนี้อิงอาศัยคัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์บริวารอื่นๆ พร้อมทั้งตำรับตำราอีกหลายเล่ม ซึ่งเขียนขึ้นโดยโยคาวจรในประเทศพม่าผู้มีชื่อเสียงหลายท่าน ตลอดจนข้อมูลจากนักปฏิบัติทั้งหลาย ซึ่งข้าพเจ้าได้มีโอกาสเสวนาและสนทนาเรียนรู้จากท่าน และได้นำมารวบรวมประกอบเข้ากับประสบการณ์ตรงของข้าพเจ้าเองด้วย"

จึงมั่นใจได้ว่า หนังสือเล่มนี้จะมีคำแนะนำและอรรถาธิบายที่แปลกใหม่ให้ท่านผู้อ่านได้นำไปขบคิดพิจารณา และใช้ประยุกต์เข้ากับการปฏิบัติของท่านได้ตามสมควร นอกเหนือไปจากการเป็นหนังสือธรรมะที่อ่านเพลิดเพลิน ทั้งยังให้สาระความรู้อย่างลุ่มลึกและกว้างขวางอีกโสตหนึ่งด้วย

ขอขอบคุณกัลยาณมิตรและผู้มีจิตศรัทธาทุกๆท่านที่ได้ช่วยบริจาคค่าพิมพ์ ดังมีรายนามปรากฏอยู่ท้ายเล่ม นับว่ามีส่วนสำคัญในการสนับสนุนงานแปลชิ้นนี้ ให้มีโอกาสปรากฏแก่สายตาของนักอ่านและนักปฏิบัติธรรมในเมืองไทย นอกจากนั้น ผู้แปลต้องขอขอบคุณคุณชุติมา สุวรรณกุล ซึ่งเป็นผู้ดำริในเบื้องแรกให้มีการแปลหนังสือเล่มนี้ และได้ช่วยอ่านพิสูจน์อักษร ตลอดถึงให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์ในการจัดพิมพ์ ขอขอบคุณคุณอังสนะรักษ์ โอสุริยวงศ์ และ Mr. Chinthaka Ratnayake ซึ่งขวนขวายหาซื้อหนังสือต้นฉบับภาษาสิงหลมาจากศรีลังกา พญ.กมลรัตน์ อธิปัญญาคม ซึ่งช่วยพิมพ์ร่างต้นฉบับแปลในบางส่วน คุณพีระพัฒน์ วงษ์ไทย และคุณอภิวัฒน์ ธนะปุระ ช่วยประสานงานและดำเนินการพิมพ์ คุณพนิตา อังจันทรเพ็ญ ซึ่งเป็นแรงผลักดันสนับสนุนให้เกิดชิ้นงานแปลเล่มนี้ และกราบขอบคุณ พระอิสรา ฐานิสสโร (ธนะปุระ) ซึ่งเป็นผู้จัดวางรูปเล่มและตรวจตราความถูกต้องในขั้นสุดท้ายของการพิมพ์ นับได้ว่าทุกท่านได้มีส่วนเกื้อกูลให้ผลงานอันล้ำค่าของหลวงปู่เรรุกาเน จันทวิมละ สังฆนายกมหาเถระแห่งศรีลังกาเล่มนี้ เป็นที่รู้จักในวงการนักอ่านไทย

ขอทุกท่านจงได้มีส่วนร่วมในกุศลกรรมครั้งนี้โดยทั่วกัน

ดร. สุนทร พลามินทร์

๐๘๖-๙๘๙-๗๕๔๒

splamintr@yahoo.com

อนุโมทนีย์

๒-๓ คำเกี่ยวกับจิตตภาวนา

โดย *พระเดชพระคุณอานันทไมตรีสังฆนายกมหาเถระ*

นักคิดนักสอนเป็นอันมาก ครั้นได้เห็นความทุกข์ในสังสารวัฏแล้วเกิดความเบื่อหน่าย ต่างพากันแสวงหาอุบายเพื่อบรรลุความหลุดพ้นจากกองทุกข์นั้น ส่งผลให้เกิดทรรศนะและระบบปรัชญามากมายหลายรูปแบบขึ้นมาในโลก ดังปรัชญาเมธีในระบบเวทานตะต่างแสดงทรรศนะเอาไว้ว่า ความรู้แจ้งในปรมาตมันนั้นแหละ คือ อุบายเครื่องหลุดพ้น (โมกษะ) ส่วนนักปรัชญาในระบบความคิดอื่นๆ เช่น สางขยะ มีมางสา และนยายะ เป็นต้น แม้มีคำอธิบายปลีกย่อยแตกต่างกันออกไปบ้าง ก็เพียงเล็กน้อยเท่านั้น แต่โดยหลักใหญ่ใจความแล้ว ล้วนแสดงทรรศนะไปในแนวเดียวกันว่า ความรู้แจ้งในปรมาตมันนั้นแหละ คือ อุบายเครื่องหลุดพ้น ปรัชญาสายอื่นๆนอกเขตชมพูทวีป (อินเดีย) เช่น หลักปรัชญาในศาสนาคริสต์ ก็มักสอนสั่งในทำนองใกล้เคียงกันกับปรัชญาดังกล่าวเหล่านั้นนั่นเอง

พวกเขาเหล่านั้นพากันพร่ำสอนว่า หนทางแห่งความรู้แจ้งในปรมาตมันหรือเข้าสู่ความเป็นหนึ่งเดียวกับเทพทั้งหลาย ได้แก่ การน้อมนำจิตไปในทิศทางนั้นอย่างแน่วแน่ ชาวอินเดียเรียกการปฏิบัติเช่นนี้ว่า การเจริญภาวนา และมีอีกคำหนึ่งซึ่งใช้เรียกกัน คือ คำว่า โยคะ

โยคาสารอุปนิษัทและปาตัญชลโยคสูตรได้ให้คำนิยามแก่ศัพท์ *โยคะ* ไว้ว่า *โยคศฺจิตฺตวฤตฺติ นิโรธะ* ความหมายคือ ความดับแห่งพฤติกรรมของจิตซึ่ง

หยั่งลงสู่อารมณ์นั้นๆนั่นแหละ ชื่อว่า โยคะ ดังนี้ แต่อาจารย์อีกท่านหนึ่งกล่าวว่า *สํโยคะ โยคมิตยาหุรฺ ชีวาตฺมปรมาตฺมโนะ* ซึ่งแปลว่า การรวมกันเป็นหนึ่งเดียวระหว่างชีวาตมันและปรมาตมันนั้นแหละ ชื่อว่า โยคะ ส่วนท่านวศิษฐฤษีเองก็ได้แสดงทรรศนะของตนเอาไว้ว่า *สํสาโรตฺตรเณ ยุกฺติรฺ โยคศพฺเทน กถฺยเต* หรือ อุบายแห่งการก้าวล่วงพ้นเสียจากสังสารวัฏนั้นแหละ เรียกว่า โยคะ ดังนี้

แนวทางการปฏิบัติโยคะในศาสนาฮินดูนั้นมีอยู่หลากหลายนัก เช่น ภักติโยคะ ราชโยคะ เป็นอาทิ การปฏิบัติตนด้วยความภักดีในเทพ จนสามารถยกระดับจิตของตนเข้าสู่ความเป็นหนึ่งเดียวกับเทพนั้นได้ นี้เป็นหนทางแห่งภักติโยคะ การฝึกฝนอบรมตนให้บริบูรณ์พร้อมในองค์ ๘ อันได้แก่ ยมะ นิยมะ อาสนะ ปราณายามะ ปรัตยาหาระ ธารณะ ธยานะ และสมาธิ จนจิตมีความตั้งมั่นรวมกันเป็นหนึ่ง (เอกัคคตา) สามารถรู้แจ้งในปรมาตมันได้ นี้เรียกว่า ราชโยคะ การวิเคราะห์แยกแยะความจริงออกจากความเท็จ จนเกิดความเข้าใจในที่สุดว่า สิ่งที่มีอยู่ในโลกล้วนเป็นของแปลกปลอมทั้งสิ้น มีเพียงพรหมปทารถะหรือปรมาตมันเท่านั้นที่เป็นจริง และการรวมเข้าเป็นหนึ่งเดียวกับสภาวะนั้นนั่นแหละ ชื่อว่าญาณโยคะ

การพร่ำบริกรรมบทมนต์อย่างใดอย่างหนึ่ง พรรณนาคุณของเทพที่ตนเคารพบูชา พร้อมกับตั้งจิตรำลึกถึงคุณสมบัติพิเศษเฉพาะของเทพนั้น จนในที่สุดสามารถเข้าสู่ความเป็นหนึ่งเดียวกับเทพนั้นได้ นี้เป็นมันตรโยคะ อนึ่งในร่างกายของเรานี้มีพลังแห่งกุณฑลินีศักติ ซึ่งสงบนิ่งอยู่ในมูลาธารจักระใต้สุศุมนานาฑี (สายส่งสำหรับพลังปราณ) การเจริญสมาธิโดยกำหนดจักระนั้นๆเป็นอารมณ์ ปลุกขุมพลังกุณฑลินีให้ตื่น ส่งผลให้กุณฑลินีศักติยกระดับสูงขึ้นตามลำดับจักระ จนบรรลุถึงสหัสรารปัทมจักระในกระหม่อมศีรษะเป็นที่สุด เป็นเหตุให้ได้รับพลังสมาธิจากสภาวะนั้น จนสามารถเข้าสู่การหยั่งรู้ปรมาตมันอย่างสมบูรณ์ได้ นี้เรียกว่า กุณฑลินีโยคะ การฝึกจิตให้รวมเป็นหนึ่งตามแนวทางหลากหลาย ตามที่ยกตัวอย่างมานี้ มีอธิบายอยู่ในคัมภีร์อุปนิษัท แต่ทั้งหมดนี้ไม่มีอะไรแปลกใหม่ไปจากขอบข่ายของสมถภาวนา ซึ่งมีปรากฏอยู่ในคัมภีร์

ทางพระพุทธศาสนาแต่อย่างใด

คัมภีร์ในศาสนาฮินดูเรียก กสิณภาวนา ว่า *ตฺราฏก* เห็นได้ชัดว่าชาวฮินดูมีการใช้คำศัพท์ที่พอเทียบเคียงกันได้ เช่น เรียกบริกรรมนิมิตว่า ประตีกะ เรียกบริกรรมภาวนาว่า วหิรังคอุปาสนา เรียกอุปจารภาวนาว่า อันตรังคอุปาสนา เป็นต้น วิธีปฏิบัติปราณายามะก็ดูคล้ายๆกับการทำอานาปานสติของชาวพุทธเรา

แต่เมื่อพิจารณาจากมุมมองของชาวพุทธแล้ว จะเห็นได้ว่า ยังมีความสับสนหรือเข้าใจผิดกันอยู่บ้าง เช่น นำเอาปฏิภาคนิมิตที่เกิดจากการปฏิบัติสมาธิ หรือแสงสว่างจากการทำกสิณ เพ่งขยายใหญ่ขึ้นจนไม่มีที่สิ้นสุด แล้วทึกทักเอาว่า นั้นแหละคือปรมาตมัน แล้วจึงน้อมจิตให้จมดิ่งอยู่ในสภาวะนั้นด้วยสำคัญว่า เป็นการเข้าสู่ความเป็นหนึ่งเดียวกันกับพรหมหรือปรมาตมัน นักปฏิบัติชาวฮินดูครั้นบรรลุรูปฌานหรืออรูปฌานแล้ว ย่อมยึดติดอารมณ์อันเป็นเพียงบัญญัติว่าเป็นปรมาตมัน เข้าใจว่าตนเองได้บรรลุโมกขธรรมแล้ว ย่อมมีความยินดีพอใจและหยุดอยู่แต่เพียงนั้น ไม่ก้าวล่วงไปจากนั้นได้

การเจริญภาวนาของชาวคริสต์ในทุกระบบนั้น เห็นได้ชัดว่า น่าจะจัดอยู่ในประเภทภักติโยคะ และเป็นการปฏิบัติเพียงระดับอุปจารสมาธิเท่านั้น ในเบื้องต้นให้คิดว่าพระผู้เป็นเจ้าประทับอยู่ ณ เบื้องหน้า ทั้งนี้เพื่อสำรวมแยกจิตออกจากอารมณ์ภายนอกอื่นๆ แล้วจึงทำการสวดอ้อนวอน จากนั้น เป็นการสารภาพบาปและอัญเชิญพระจิตบริสุทธิ์มาสู่ตน น้อมจิตของตนรำลึกถึงพระคุณและพระกรุณาของพระคริสต์ ลำดับต่อไป เป็นการนำคำสอนบางส่วนของพระคริสต์มาพิจารณาดู และใคร่ครวญหาความหมาย ตลอดจนพยายามคิดคำนึงถึงลีลาการแสดงเทศนาของพระคริสต์ในยุคสมัยของพระองค์ด้วย คิดให้เห็นอย่างชัดเจนถึงอาการที่ทรงแสดงเทศนา หรือแม้กระทั่งอิริยาบถในขณะแสดงเทศนานั้นๆ จากนั้น นึกเห็นภาพพระคริสต์สถิตอยู่บนสวรรค์ ท้ายที่สุดเป็นการมอบกายถวายชีวิตแด่องค์พระคริสต์ พิธีกรรมเช่นนี้เป็นการเพิ่มพูนศรัทธา และนำความสงบมาสู่จิตใจได้ในระดับหนึ่ง ซึ่งที่จริงยังมีกรรมวิธีอื่นๆ

อีกเป็นอันมาก ดังแนวทางของนักบุญเทเรซ่าผู้ยิ่งใหญ่นั้น ถือกันว่ามีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง แต่ทั้งหมดนี้ไม่มีอะไรนอกเหนือไปจากภักติโยคะ การภาวนาในศาสนาอิสลามก็คล้ายๆกันนี้แหละ เป็นเพียงภักติโยคะอย่างหนึ่งเท่านั้น

ศาสนาปาร์ซีมีระบบโยคะที่สอนไปในแนวทางเดียวกันกับโยคะทั้ง ๓ ของศาสนาฮินดูเช่นกัน กล่าวคือ ราชโยคะ ญาณโยคะ และภักติโยคะ คำสอนในลัทธิเต๋าของท่านเล่าจื๊อแห่งประเทศจีน แท้ที่จริงเป็นสิ่งเดียวกันกับญาณโยคะของลัทธิเวทานตะนั่นเอง ต่างกันแต่ชื่อและสภาพแวดล้อมของการเผยแผ่เท่านั้น

ศาสนาเชน (ไชนะ) ของท่านนิครนถ์นาฏบุตรสอนหลักการเจริญภาวนาไว้ถึง ๑๒ วิธี เรียกชื่อว่า *ทวาทโศปฺเรกฺษา* ได้แก่ *อนฺยานุปฺเรกฺษา* (พิจารณาเนืองๆว่า สรรพสิ่งล้วนไม่เที่ยง) *อศรณานุปฺเรกฺษา* (พิจารณาความไร้ที่พึ่งพิงของอาตมันเนื่องเพราะกรรมและวิบาก) *สํสารานุปฺเรกฺษา* (พิจารณาความที่อาตมันไม่อาจหลุดพ้นได้ ตราบเท่าที่ยังเวียนว่ายอยู่ในสังสารวัฏ) *เอกตฺวานุปฺเรกฺษา* (พิจารณาเห็นว่า ตนนั้นแลเป็นผู้ทำกรรม ตนนั้นแลเป็นผู้เสวยผลกรรม) *อนฺยตฺวานุปฺเรกฺษา* (พิจารณาเห็นด้วยปัญญาว่า ญาติมิตรเป็นต้นก็ดี บุคคลอื่นๆทั้งปวงในโลกนี้ก็ดี ใจและกายทั้ง ๒ ก็ดี ล้วนเป็นอื่น หาใช่อาตมันแต่อย่างใดไม่) *อศุจฺยานุปฺเรกฺษา* (พิจารณาเห็นความปฏิกูลน่ารังเกียจของร่างกาย) *อาศฺรวานุปฺเรกฺษา* (พิจารณาความที่กรรมย่อมปิดบังอาตมันจากภายนอก จึงก่อเกิดกิเลสขึ้น เป็นเหตุให้เกิดภพชาติต่อไป) *สํวรานุปฺเรกฺษา* (พิจารณาว่าการป้องกันมิให้กรรมปิดบังอาตมันเป็นกิจที่พึงกระทำ) *นิรฺชรานุปฺเรกฺษา* (พิจารณาถึงความที่กรรมและรูปเป็นสิ่งที่พึงเพิกถอนเสียจากอาตมัน) *โลกานุปฺเรกฺษา* (พิจารณาด้วยปัญญาถึงสภาวะของโลก และธาตุทั้งหลายซึ่งเป็นส่วนก่อเกิดโลก) *โพธิทุรฺลภานุปฺเรกฺษา* (พิจารณาถึงความยากลำบากในการหยั่งรู้สัจธรรม) *ธรฺมสฺวาขฺยาตานุปฺเรกฺษา* (กำหนดพิจารณาคุณค่าแห่งธรรม) เหล่านี้คือแนวทางเจริญภาวนาทั้ง ๑๒ วิธี

บรรดาบุคคลผู้ยึดมั่นถือมั่นในลัทธิทั้งหลายเหล่านั้น ล้วนมีความเข้าใจ

ผิดกันไปต่างๆนานา ดังมีการยึดถือสิ่งใดสิ่งหนึ่งว่าเป็นปรมาตมันหรือปรมพรหมัน ทั้งยังยึดถือในเทพทั้งหลายมีพระศิวะหรือพระวิษณุเป็นต้นด้วย หรือดังเหล่าสาวกของท่านกปิละมีความยึดมั่นในปุรุษะ ชาวคริสต์ ชาวมุสลิม และชาวปาร์ซียึดมั่นในพระยะโฮวา พระอัลเลาะห์ และพระอหุรมัสดาตามลำดับ ทั้งยังมีผู้ยึดมั่นใน "เต๋า" หรือเหล่าศาสนิกเชนซึ่งยึดมั่นในชีวะ เป็นต้น พวกเขาล้วนหลงติดอยู่ในสิ่งที่เป็นสักแต่บัญญัติ เข้าใจไปว่าสรรพสิ่งอื่นๆนอกจากที่ตนยึดถือล้วนมีข้อบกพร่อง คือ มีความไม่เที่ยง เป็นต้น มีเพียงสิ่งที่ตนยึดมั่นไว้เป็นหลัก *(ปทารฺถ)* เท่านั้น ที่เป็นความจริงเที่ยงแท้แน่นอน เมื่อยึดมั่นอยู่เช่นนี้ ย่อมมีแต่ต้องเวียนว่ายในสังสารวัฏอยู่ร่ำไป พวกเขาพร่ำบอกว่า นี้แหละคือความหลุดพ้น แต่แล้วที่ทำอยู่เป็นเพียงการส่งใจไปยังมุมใดมุมหนึ่งของภพชาตินี้นั่นเอง การเจริญภาวนาที่มีส่วนขาดๆเกินๆแตกต่างกันไปเช่นนี้ จะมีระบบใดเพียงหนึ่งเดียวที่เป็นวิปัสสนาภาวนา เป็นอันหาไม่ได้เลย

ปรัชญาเมธีในคริสต์ศาสนาและศาสนาอิสลาม มีความรู้เพียงส่วนน้อยในเรื่องของภพภูมิ นักคิดชาวปาร์ซียังหยั่งรู้มากขึ้นไปอีก นักปราชญ์ฮินดูและผู้รู้ในลัทธิเต๋าย่อมเห็นภพภูมิเป็นส่วนใหญ่มากกว่าใครอื่นเหล่านั้น แต่ศาสนิกเชนกลับเห็นทุกข์โทษในสังสารวัฏอย่างชัดเจนมากยิ่งกว่า ถึงกระนั้นก็ตาม เพราะความที่ไม่อาจหยั่งรู้อย่างหมดจดสิ้นเชิงได้ จึงพากันยึดติดอยู่ในบางส่วนโดยความเป็นเทพบ้าง โดยความเป็นอาตมันบ้าง เมื่อยึดติดอยู่เช่นนั้น แม้มีความเข้าใจว่า ตนเองหลุดพ้นจากสังสารวัฏแล้ว แต่แท้จริงยังจมปลักอยู่ในภพชาตินั้นแหละ นี้เป็นผลแห่งการเจริญภาวนาด้วยความยากลำบากทั้งวันทั้งคืนตามแนวทางแห่งคำสอนในศาสนาที่แสดงไว้อย่างบกพร่องนั่นเอง

สาธุชนผู้พิจารณาธรรมตามหลักคำสอน อันบริสุทธิ์บริบูรณ์ด้วยประการทั้งปวง ของพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ทรงเป็นสัพพัญญูรอบรู้ในสรรพสิ่งตามความเป็นจริงแล้ว ย่อมเห็นได้ว่า แนวทางการเจริญภาวนาทั้งหมดเหล่านั้นในศาสนาอื่นๆ แม้จะวิเคราะห์จากมุมมองในฐานะเป็นสมถภาวนาก็ตาม ล้วนมีข้อบกพร่องทั้งสิ้น เป็นอันไม่ต้องพูดถึงวิปัสสนาภาวนาในพาหิรศาสนา

(ศาสนาอื่นๆนอกจากพระพุทธศาสนา) เหล่านั้นเลย

แนวทางแห่งวิปัสสนาภาวนาในพระพุทธศาสนา ซึ่งสอนให้พิจารณาสังขารทั้งปวงในโลกนี้ โดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และพิจารณาธรรมทั้งปวงโดยความเป็นสภาวะไม่มีตัวตน ย่อมตั้งอยู่ในฐานะอันประเสริฐเลิศเลอยิ่งกว่าการปฏิบัติอื่นใดทั้งหมดที่ได้กล่าวถึงแล้ว ไม่มีธรรมใด ไม่มีภพภูมิใด ซึ่งไม่ถูกครอบคลุมอยู่ในระบบวิปัสสนาภาวนา แม้แต่สภาวะสูงสุดที่เหล่าศาสนิกเหล่าอื่นพร่ำสรรเสริญด้วยประการต่างๆ ตามความคิดนึกของตนเอง ไม่ว่าจะเป็นอาตมัน พระศิวะ พระวิษณุ พระยะโฮวา เป็นอาทิ ครั้นเข้าสู่การเจริญภาวนาด้วยไตรลักษณ์ ย่อมถึงกับ “หมดรูป” ไปเลยทีเดียว ทั้งหมดทั้งสิ้นนั้นล้วนเป็นอนัตตา มิใช่ตัวตนแต่อย่างใดเลย

แนวทางปฏิบัติเพียงหนึ่งเดียวเพื่อบรรลุความหลุดพ้น อันพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสแสดงไว้แก่ชาวโลก ได้แก่วิปัสสนาภาวนานี้เท่านั้น

ท่านสามารถศึกษาแนวทางปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาได้เป็นอย่างดี จากหนังสือ *วิปัสสนาภาวนา* เล่มนี้ ซึ่งพระเดชพระคุณหลวงปู่ เรรุกาเน จันทวิมละมหาเถระ ผู้เชี่ยวชาญในพระอภิธรรมได้ประพันธ์ขึ้น ขอหนังสือธรรมะเล่มนี้จงเป็นคู่มืออันยิ่งด้วยคุณค่าสำหรับทุกคน ไม่ว่าจะเป็นชาวพุทธหรือไม่ก็ตามเถิด

พระบะลังโกฑะ อานันทไมตรีมหาเถระ
๑๕ พฤศจิกายน ๑๙๔๗ (๒๔๙๐)

คำนำ

ประโยชน์สูงสุดอันบุคคลควรบรรลุถึงในฐานะที่เป็นชาวพุทธ ล้วนบรรลุได้ด้วยการเจริญภาวนาโดยแท้ ผลดีงามอื่นใดที่สำเร็จได้ด้วยการให้ทานหรือรักษาศีล ย่อมสำเร็จได้ด้วยการเจริญภาวนาเช่นกัน แต่ผลสูงสุดของการเจริญภาวนาจะบรรลุได้ด้วยการเจริญภาวนาเท่านั้น ไม่อาจบรรลุได้ด้วยการให้ทานหรือรักษาศีลเลย อนึ่ง ผู้เพียรปฏิบัติทางจิตจะได้รับผลของการเจริญภาวนาเฉพาะแต่ในชาติหน้าเท่านั้นก็หาไม่ แต่ย่อมได้รับผลนั้นแม้ในชาตินี้เลยทีเดียว นักปฏิบัติบางคนแม้เจริญภาวนาตามแนวทางที่ถูกที่ควรแล้ว แต่ยังไม่อาจบรรลุประโยชน์ขั้นสูง มีฌานสมาบัติหรือมรรคผลเป็นต้นได้ ถึงกระนั้น เขาย่อมได้รับประโยชน์อื่นๆ ที่รองลงมาในชาตินี้อย่างแน่นอน

นักปฏิบัติทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิต ทั้งสตรีและบุรุษ ย่อมได้รับผลจากการเจริญภาวนาเสมอเหมือนกัน โดยไม่มีความแตกต่างแต่อย่างใด เมื่อเจริญภาวนาตามแนวทางอย่างถูกต้องไปได้สักระยะหนึ่ง หลังจากที่สภาวะทางกายและใจเริ่มเข้าที่เข้าทางกับการปฏิบัติแล้ว โยคาวจรจะรู้สึกดื่มด่ำกับความสุขในการเจริญภาวนา ข้อที่โยคาวจรสามารถอยู่พำนักปฏิบัติธรรมตลอดเวลาอันยาวนานในป่าเขา ซึ่งไม่มีความสะดวกสบายด้วยประการทั้งปวง ทั้งในด้านอาหารการกินและที่อยู่อาศัยเป็นต้น ย่อมเป็นเพราะว่าเขาได้รับความสุขอันยิ่งใหญ่จากการเจริญภาวนานั่นเอง ตราบใดการปฏิบัติจิตตภาวนายังไม่ก้าวหน้าเพียงพอให้สัมผัสกับความสุขเช่นนั้นได้ การปฏิบัติอาจเป็นสิ่งไม่น่าเพลิดเพลินใจนัก แต่ถ้าหากได้สัมผัสกับความสุขจากการเจริญภาวนาที่ก้าวหน้าไปพอสมควรแล้ว เขาย่อมไม่คิดละวางจากการปฏิบัติเป็นแน่แท้ ความสุขอันเกิด

จากการเจริญภาวนาที่ได้รับในเวลาเช่นนั้นแหละ เป็นอานิสงส์ประการหนึ่งของการปฏิบัติอยู่ในตัวแล้ว ทั้งยังมีประโยชน์อื่นๆอีก เป็นอันมากจากการเจริญภาวนา ซึ่งอาจบรรลุได้ในชาตินี้เลยทีเดียว

ในกาลบัดนี้ จำนวนนักปฏิบัติในบ้านเรา (ศรีลังกา) มีแต่ลดน้อยลงไปทุกที อย่าว่าแต่ชาวบ้านเลย แม้แต่นักบวชที่เจริญภาวนาก็มีอยู่น้อยยิ่งนัก ราวกับน้ำที่คั้นออกจากลูกสมอก็ไม่ปาน ทั้งนี้ย่อมเป็นเพราะความไม่รู้ไม่เข้าใจในแนวทางการเจริญภาวนา ซึ่งเอื้ออำนวยให้บรรลุผลได้อย่างแท้จริงนั่นเอง ทั้งครูบาอาจารย์ที่สามารถอบรมสั่งสอนในแนวทางการปฏิบัติ ซึ่งพร้อมด้วยความรู้และประสบการณ์ในการเจริญภาวนา เดี๋ยวนี้ในบ้านเราก็ใช่ว่าจะหาได้โดยง่าย ยังตำรับตำราที่เขียนโดยผู้มีความรู้อย่างแท้จริงในการปฏิบัติ ก็หาได้ยากยิ่งนัก ถึงวันนี้แทบจะพูดได้ว่า คัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นตำราเพียงเล่มเดียวในบ้านเรา ซึ่งแสดงเรื่องการเจริญภาวนาเอาไว้อย่างพิสดาร แต่ตำราเล่มนี้เขียนเป็นภาษาบาลี คนที่ไม่รู้ภาษาบาลีจึงไม่อาจได้รับประโยชน์จากคัมภีร์เล่มนี้ได้ แม้แต่ผู้ที่รู้ภาษาบาลีก็เถอะ การจะเรียนรู้แนวทางปฏิบัติจากตำราเพียงอย่างเดียว โดยไม่ได้มีครูบาอาจารย์แนะนำสั่งสอน ย่อมมิใช่เรื่องง่ายเลย แม้จะพอเข้าใจในเรื่องสมถภาวนาอยู่บ้างก็ตาม แต่จะให้เรียนรู้เรื่องของวิปัสสนาจากคัมภีร์เล่มนั้น ก็ยังมิใช่เป็นเรื่องที่กระทำได้โดยง่ายเช่นกัน

ในช่วงเวลากึ่งพุทธกาลที่กำลังจะมาถึงนี้ (ครบรอบพุทธศักราช ๒๕๐๐) เรามักได้ยินได้ฟังผู้มีจิตศรัทธาบางคนพูดผ่านหู ถึงความคิดที่จะประกอบความเพียรเจริญวิปัสสนาภาวนา เพื่อบรรลุมรรคผลอย่างใดอย่างหนึ่ง แม้ว่าท่านเหล่านั้นจะมีอยู่เป็นจำนวนน้อย แต่ความคิดอันประเสริฐเช่นนี้อาจถือได้ว่า เป็นบุรพนิมิตสำหรับความเจริญรุ่งเรืองของพระพุทธศาสนาในอนาคตอันใกล้ก็เป็นได้ เมื่อพุทธศักราช ๒๕๐๐ ยิ่งใกล้เข้ามา คงจะมีการเตรียมงานเฉลิมฉลองกันเป็นการใหญ่ แต่ทว่าแม้จะเฉลิมฉลองกันมากมายสักปานใด นั้นยังมิใช่ความเจริญที่แท้จริงของพระศาสนา ด้วยว่าความเจริญของพระศาสนาที่แท้จริง ย่อมขึ้นอยู่กับการที่เหล่าพุทธศาสนิกทั้งหลาย สามารถบรรลุภูมิธรรมแห่งความเป็นโสดาบัน สกทาคามี อนาคามี และอรหันต์ทั้ง ๔ ประการนั้นแล แม้นว่าไม่มีผู้บรรลุภูมิธรรมดังกล่าวแห่งพระอริยบุคคลก็ตาม แต่ถ้าชาวพุทธเราต่างมุ่งมั่นเจริญวิปัสสนาภาวนา

ในจำนวนที่มากพอ ก็ยังพอถือได้ว่า นั่นแลคือสัญลักษณ์แห่งความเจริญรุ่งเรือง ของพระพุทธศาสนาที่แท้จริง

ไม่ว่าจะเพียรพยายามสักเท่าใด เหนื่อยยากสักเพียงไหน หรือใช้เวลาเจริญภาวนายาวนานสักปานใด ถ้าแม้นว่าการปฏิบัตินั้นไม่ถูกต้อง ย่อมไม่อาจประสบผลสำเร็จอย่างเป็นรูปธรรมในชาตินี้ได้ ถ้าแม้นมุ่งหวังปฏิบัติเพื่อบรรลุผลโดยเร็ว จึงควรต้องปฏิบัติด้วยความรู้ความเข้าใจอย่างถูกต้อง ปัญหาใหญ่ในวันนี้สำหรับผู้มีจิตศรัทธา ทั้งชาวบ้านและนักบวชซึ่งปรารถนาจะเจริญภาวนา คือ ไม่มีผู้ชี้หนทางที่ถูกต้องได้ ด้วยเหตุนั้น ข้าพเจ้าจึงดำริเขียนตำราการปฏิบัติเล่มนี้ขึ้น เท่าที่ความรู้ความสามารถของข้าพเจ้าจะเอื้ออำนวยให้ได้ โดยใช้ชื่อว่า *วิปัสสนาภาวนา* ทั้งนี้เพื่อประโยชน์เกื้อกูลแก่ผู้มีจิตศรัทธาในการปฏิบัติเหล่านั้น หนังสือเล่มนี้อิงอาศัยคัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์บริวารอื่นๆ พร้อมทั้งตำรับตำราอีกหลายเล่ม ซึ่งเขียนขึ้นโดยโยคาวจรในประเทศพม่าผู้มีชื่อเสียงหลายท่าน ตลอดจนข้อมูลจากนักปฏิบัติทั้งหลาย ซึ่งข้าพเจ้าได้มีโอกาสเสวนาและสนทนาเรียนรู้จากท่าน และได้นำมารวบรวมประกอบเข้ากับประสบการณ์ตรงของข้าพเจ้าเองด้วย

เคยได้ยินได้ฟังหลายคนพูดกันว่า หนังสือธรรมะอ่านเข้าใจได้ยาก ดังนั้นข้าพเจ้าจึงตั้งความอุตสาหะเป็นพิเศษในการเขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้น เพื่อให้อ่านเข้าใจง่ายที่สุดเท่าที่จะสามารถทำได้ แต่หนังสือซึ่งอธิบายเรื่องราวอันลึกซึ้งเช่นนี้ จะอ่านเพียงครั้งสองครั้งให้เข้าใจย่อมเป็นไปไม่ได้ ถ้าจะถือเอาประโยชน์จากหนังสืออย่างแท้จริง ควรต้องอ่านซ้ำแล้วซ้ำเล่าจนเข้าใจเนื้อความ ไม่ว่าจะต้องใช้เวลาสักเท่าใดก็ตาม ข้าพเจ้ามีความเชื่อมั่นอย่างแท้จริงว่า ถ้าได้อ่านหนังสือนี้จนมีความเข้าใจเป็นอย่างดีแล้ว และเพียรเจริญภาวนาตามแนวทางที่ได้อธิบายไว้อย่างไม่ผิดพลาด คงต้องมีหลายท่านเป็นแน่แท้ ที่จักได้เห็นผลจากการเจริญภาวนาในชาตินี้เลยทีเดียว

ขอพระพุทธศาสนาจงสถิตยั่งยืนนาน

พระเรรุกาเน จันทวิมละมหาเถระ

๒๐ พฤศจิกายน ๒๔๙๑/๑๙๔๗

ศรี วินยาลังการาราม โปกุณุวิฏะ

สารบัญ

๑
บทนำ

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส

....

ภวคฺคุปาทาย อเวจิเหฏฺฐโต
เอตฺถนฺตเร สตฺตกายูปปนฺนา
รูปี อรูปี จ อสญฺญิสญฺญิโน
ทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ ผุสนฺตุ นิพฺพุตํ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้มีพระหทัยเปี่ยมด้วยพระมหากรุณาธิคุณ ทรงเป็นที่พึ่งแก่สรรพสัตว์ผู้ไร้ที่พึ่ง ทรงยังบารมีธรรมโดยนัย ๓๐ ประการ มีทานเป็นต้น ให้เต็มพร้อมด้วยความยากลำบากนานัปการ ตลอดกาลเวลาอันยาวนานนับด้วย ๔ อสงไขยแสนกัป ตรัสรู้อนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ เพื่อยังสรรพสัตว์เหล่านั้นให้ล่วงพ้นจากความทุกข์ทั้งหลาย มีความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ความเศร้าโศก และปริเทวนาการ เป็นต้น ซึ่งเป็นไปในห้วงแห่งสังสารวัฏอันไม่มีเบื้องต้นและไม่มีที่สิ้นสุด กับทั้งเพื่ออนุเคราะห์เหล่าสัตว์ผู้ทนทรมานอยู่ด้วยความทุกข์ในอบาย จักได้ล่วงพ้นจากกองทุกข์เหล่านั้น และบรรลุถึงซึ่งภูมิธรรมอันเกษม กล่าวคือ อมตมหานฤพานนั้นแล

ก็แต่ว่า พระนิพพานอันเป็นโลกุตตรธรรม ซึ่งเป็นเครื่องดับกองทุกข์ทั้งมวลแห่งสังสารวัฏ และเป็นความสุขที่ไม่เสื่อมสลายไปนั้น ย่อมมีอยู่แต่เพียงในพระพุทธศาสนา หามีปรากฏสอนในศาสนาอื่นไม่ ความเป็นมนุษย์ เป็นเทพ หรือเป็นพรหมนั้น แม้ไม่มีคำสอนในพระพุทธศาสนา สัตว์ทั้งหลายก็สามารถเข้าถึงได้ พระธรรมเทศนาที่ตรัสแสดงหนทางแห่งการบรรลุโลกียสมบัติ จะว่าไปก็เป็นเหมือน “งานอดิเรก” ที่มิใช่เป้าหมายหลัก เราเป็นสาวกของพระพุทธเจ้าหรือเป็นชาวพุทธทั้งที ผลที่มุ่งหวังอันเป็นแก่นสาร ควรต้องได้แก่การเสวยนิพพานสุข เหตุฉะนี้แล ถ้าพวกเราเหล่าชาวพุทธจะพึงได้รับผลประโยชน์อันยอดเยี่ยมจากการเป็นชาวพุทธแล้วไซร้ ย่อมสมควรรีบก้าวเดินไปในเส้นทางสู่พระนิพพาน ซึ่งพระผู้มีพระภาคได้ตรัสแสดงไว้แล้วนั่นเอง หาไม่แล้วต้องเป็นอันพลาดไปจากประโยชน์ที่พึงได้จากพระพุทธศาสนา ซึ่งนานแสนนานจะอุบัติขึ้นเป็นแน่แท้

หนทางสู่พระนิพพาน

หนทางเดียวซึ่งนำไปสู่พระนิพพาน และเป็นหนทางตรงที่เที่ยงแท้ไม่ผิดพลาด ได้แก่ วิปัสสนาภาวนา พระตถาคตผู้ทรงพระมหากรุณา ได้ตรัสแสดงหนทางนั้นแก่เหล่าสาวก ของพระองค์ไว้ ดังนี้

ยํ ภิกฺขเว สตฺถารา กรณียํ สาวกานํ หิเตสินา อนุกมฺปเกน อนุกมฺปํ อุปาทาย กตํ โว ตํ มยา. เอตานิ ภิกฺขเว รุกฺขมูลานิ เอตานิ สุญฺญาคารานิ. ฌายถ ภิกฺขเว มา ปมาทตฺถ. มา ปจฺฉา วิปฺปฏิสาริโน อหุวตฺถ. อยํ โว อมฺหากํ อนุสาสนี.

นี้เป็นคำตรัสที่ผู้ปฏิบัติธรรมควรใส่ใจตรึกตรองอยู่เป็นนิตย์ ดังมีความหมายว่า *“ดูกรภิกษุ กิจใดอันพระศาสดาผู้ทรงอาศัยความเอ็นดูในเหล่าสาวก พึงกระทำต่อเหล่าสาวกด้วยมุ่งหวังประโยชน์สุข เพื่อความอนุเคราะห์เกื้อกูล กิจนั้นเราได้กระทำแล้ว ดูกรภิกษุ นั่นโคนต้นไม้ นั่นเรือนว่างเปล่า พวกเธอจงเพียรเพ่ง จงเป็นผู้ไม่ประมาท จงอย่าถึงความเดือดร้อนใจในภายหลังด้วยความ*

ประมาทเลย นี้คืออนุศาสน์ที่เราให้แล้วแก่พวกเธอ”

แม้มีบางคนเข้าใจไปว่า การกระทำกุศลกรรมต่างๆ เช่น ไหว้พระสวดมนต์ บูชาพระด้วยดอกไม้หรือประทีป ถวายสังฆทาน บริจาคทรัพย์สร้างวิหาร ศาลาการเปรียญ กุฏิสงฆ์ ตลอดจนการรักษาศีล ๕ ศีล ๘ เหล่านี้เป็นต้น โดยตั้งจิตปรารถนาเพื่อพระนิพพาน อาจเป็นปัจจัยให้บรรลุพระนิพพานได้โดยง่าย แต่พระนิพพานย่อมไม่อาจบรรลุถึงได้ด้วยวิธีการอื่นใด นอกจากเจริญวิปัสสนาจนสามารถยังโลกุตตรมรรคญาณให้เกิดมีขึ้น และอาศัยอำนาจของมรรคญาณนั้นทำลายกิเลสเหตุสร้างภพชาติต่อไปในเบื้องหน้าลงได้ โดยประการที่กิเลสนั้นๆจะไม่มีวันกำเริบขึ้นมาอีก ถ้าพระนิพพานเป็นสภาวะที่สามารถบรรลุได้เพียงเพราะตั้งจิตปรารถนาหรือบูชาด้วยดอกไม้และประทีปไซร้ ไฉนเลย พระผู้มีพระภาคผู้ทรงพระมหากรุณาธิคุณแก่เหล่าสาวกของพระองค์ จะไม่ทรงแสดงวิธีการง่ายๆเหล่านั้น แทนที่จะทรงชี้แนะให้เข้าไปยังโคนไม้หรือเรือนว่างเปล่าเพื่อประพฤติตนให้ลำบากด้วยการเจริญภาวนาดังกล่าวแล้ว

เพียงรักษาศีลไม่อาจบรรลุพระนิพพานได้

บางคนแม้ไม่กล่าวสรรเสริญทาน กลับกล่าวอ้างว่า ศีลมีความสำคัญยิ่งนักสำหรับการเข้าถึงพระนิพพาน คนเหล่านี้มีความเชื่อว่า เพียงอำนาจของศีลอาจทำให้บรรลุพระนิพพานได้ แต่ถ้าเพียงการรักษาศีลให้บริสุทธิ์แล้ว เป็นปัจจัยให้บรรลุพระนิพพาน พระพุทธองค์คงไม่ตรัสไว้ดังนี้เป็นแน่แท้

อากงฺเขยฺย เจ ภิกฺขเว ภิกฺขุ อาสวานํ ขยา อนาสวํ เจโตวิมุตฺตึ ปญฺญาวิมุตฺตึ ทิฏฺเฐว ธมฺเม สยํ อภิญฺญา สจฺฉิกตฺวา อุปสมฺปชฺช วิหเรยฺยนฺติ สีเลเสฺววสฺส ปริปูรการี อชฺฌตฺตํเจโตสมถมนุยุตฺโต อนิราภตชฺฌาโน วิปสฺสนาย สมนฺนาคโต พฺรูเหตา สุญฺญาคารานํ.

ซึ่งมีความหมายว่า *ภิกษุทั้งหลาย ถ้าว่าภิกษุพึงมีความยินดีเพื่อรู้แจ้งอรหัตผลโดยเจโตวิมุติและปัญญาวิมุติ ในปัจจุบันชาตินี้นั่นเทียว ทำลายเสียซึ่งอาสวะทั้งหลายมีกามาสวะเป็นต้น เป็นผู้ปราศจากอาสวะย่อมเป็นอยู่ พึงชำระ*

ศีลของตนให้บริสุทธิ์รอบ ประกอบจิตอยู่ด้วยสมาธิ เป็นผู้ทรงฌานไม่ขาดสาย เข้าไปสู่เรือนว่างแล้ว พึงเป็นผู้ยินดีในการดำรงอยู่ด้วยวิปัสสนา ดังนี้

ถ้าบุคคลสามารถบรรลุอรหัตผลได้ด้วยอำนาจแห่งศีลเพียงอย่างเดียว ย่อมไม่มีเหตุผลอันใดเลยที่พระพุทธองค์จะทรงกล่าวถึงสมาธิจิต หรือวิปัสสนา หรือการไปสู่เรือนว่างเพื่อเจริญภาวนาดังกล่าวแล้ว นอกจากนั้น ยังมีข้อความในคำสอนเกี่ยวกับทานและศีล ที่พระพุทธองค์ทรงแสดง เป็นต้นว่า *กายสฺส เภทา ปรมฺมรณา สุคตึ สคฺคํ โลกํ อุปฺปชฺชติ* ซึ่งระบุว่า การบรรลุสุคติสมบัติย่อมสำเร็จได้ ด้วยอำนาจแห่งทานหรือศีล ไม่มีที่ใดเลยที่ทรงแสดงเอาไว้ว่า จะบรรลุพระนิพพานได้ (ด้วยอำนาจแห่งทานหรือศีล)

ข้อความที่พระผู้มีพระภาคตรัสแสดงถึงการบรรลุพระนิพพาน เท่าที่พบเห็นในพระธรรมเทศนาทั้งหลาย เป็นต้นว่า *อนิจฺจสญฺญา ภิกฺขเว ภาวิตา พหุลีกตา มหปฺผลา โหนฺติ มหานิสํสา อมโตคธา อมตปริโยสนา* ดังนี้ ล้วนเป็นพุทธพจน์ที่แสดงถึงอานิสงส์แห่งการเจริญภาวนา พระนิพพานหามีอยู่ในภพชาติไม่ แม้ภพชาติก็ไม่มีอยู่ในพระนิพพาน ความดับแห่งภพชาตินั่นแหละคือพระนิพพาน เพราะฉะนั้น ภพชาติที่ได้มาด้วยอำนาจแห่งกุศลกรรม จึงเป็นสิ่งที่อยู่คนละฟากฝั่งกับพระนิพพาน ความมุ่งหวังเพื่อบรรลุพระนิพพานด้วยการบำเพ็ญ กุศลกรรมที่นำไปสู่ภพชาติ จึงเป็นคนละเรื่องกับพระนิพพาน และทำให้สังสารวัฏยิ่งยาวไกลออกไป เหมือนกับมุ่งหวังตากสิ่งของให้แห้งในสายฝนนั่นเอง คำสอนที่ว่า เราอาจตั้งจิตปรารถนาบรรลุพระนิพพานได้ด้วยการบริจาคทานหรือรักษาศีล คงมาจากความเข้าใจผิดในบาลีบางบท เป็นต้นว่า *อิทํ เม ทานํ อาสวกฺขยาวหํ โหตูติ เอวํ ปน วิวฏฺฏํ ปตฺเถนฺเตน วิวฏฺฏวเสน ฐปิตํ อรหตฺตมฺปิ ปจฺเจกโพธิญาณมฺปิ สพฺพญฺญุตญาณมฺปิ ทาตํ สกฺโกติ เยว* และในบทคาถาภาษาบาลีว่า

ทานํ ขลุ สภาเวน สคฺคมานุสโภคทํ
ปริณามวเสเนว โหติ โมกฺขูปนิสฺสยํ

ควรทราบว่า ไม่ว่าจะให้ทานอย่างมากมายปานใด จะรักษาศีลอย่าง

เคร่งครัดขนาดไหน หรือตั้งความปรารถนาอย่างจริงจังเพียงไร บุคคลย่อมไม่อาจบรรลุพระนิพพานได้ด้วยอำนาจแห่งทาน ศีล หรือความปรารถนานั้นๆได้ ไม่ว่าในกาลไหนๆ เว้นเสียแต่ว่า จะได้เจริญวิปัสสนาจนบังเกิดมรรคญาณทั้ง ๔ สามารถตัดขาดกิเลสทั้งหลาย โดยอาการที่กิเลสเหล่านั้นจะไม่เกิดขึ้นอีกเท่านั้น สัตบุรุษผู้ปรารถนาซึ่งความหลุดพ้นจากสังสารทุกข์ และลิ้มรสนิพพานสุข ไม่พึงหลงผิดไปว่า จะบรรลุพระนิพพานได้เพียงด้วยการบำเพ็ญทาน ศีล หรือด้วยการตั้งจิตปรารถนา และไม่พึงปล่อยโอกาสอันประเสริฐที่ได้เกิดมาพบพระพุทธศาสนา ให้ผ่านไปเปล่า จงตั้งใจปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาอย่างเต็มกำลังความสามารถเถิด

แม้เพียงกล่าวว่า พระนิพพานไม่อาจบรรลุได้ด้วยการบำเพ็ญบุญทั้งหลาย มีการให้ทานเป็นต้น ดังนี้ ก็อย่าได้เข้าใจผิดเลยเถิดไปว่า บุญกุศลทั้งหลายหามีประโยชน์อันใดไม่ ด้วยว่าสำหรับเหล่าสัตว์ที่ยังเป็นปุถุชนแล้ว พระนิพพานยังอยู่ไกลมากนัก ไม่อาจกำหนดนับได้ว่า จะบรรลุพระนิพพานเมื่อไร บางทีอาจรู้แจ้งพระนิพพานในชาตินี้ก็เป็นได้ บางทีแม้นับด้วยโกฏิๆกัป ก็ไม่อาจรู้แจ้งได้ สัตว์ที่ยังไม่สามารถบรรลุพระนิพพาน ทั้งยังต้องท่องเที่ยวไปในสังสารวัฏ จำเป็นต้องสั่งสมบุญเอาไว้ เพื่อมีความสุขในโลกียวิสัยตามสมควร ดังพระพุทธองค์ตรัสแสดงไว้ว่า

อลเมว ทานานิ ทาตุํ อลํ ปุญฺญานิ กาตุํ เทวภูตสฺส ปิ อุปการานิ ปุญฺญานิ มนุสฺสสฺส ปิ อุปการานิ ปุญฺญานิ ปพฺพชิตสฺส ปิ อุปการานิ ปุญฺญานิ.

บุคคลควรบริจาคทาน ควรบำเพ็ญบุญ เพราะบุญมีอุปการะแม้แก่ผู้ที่เกิดเป็นเทวดา บุญมีอุปการะแม้แก่ผู้ที่เกิดเป็นมนุษย์ บุญมีอุปการะแม้แก่ผู้ที่เป็นบรรพชิต (นักบวช)

นี้คือความหมายในพระพุทธพจน์นั้น ความเป็นจริงก็คือ ใช่ว่ามนุษย์ทุกคนจะสามารถเจริญวิปัสสนา จนบรรลุมรรคผลนิพพานในชาตินี้เลยทีเดียวก็หาไม่ คนที่มีศักยภาพเช่นนั้น ต้องเป็นผู้ที่ถือกำเนิดในสุคติภูมิ ด้วยเหตุอันเป็นกุศลทั้ง ๓ ประการ (คือ อโลภะ อโทสะ อโมหะ) ทั้งยังต้องมีปัจจัยเกื้อหนุน

อย่างพร้อมเพรียงด้วย การปฏิสนธิด้วยเหตุอันเป็นกุศลครบทั้ง ๓ ประการนั้น ย่อมเป็นได้ด้วยอำนาจแห่งกุศลกรรม ส่วนบุคคลที่แรงส่งของกุศลไม่มีพลังเพียงพอ ย่อมถือกำเนิดด้วยปฏิสนธิจิตอันประกอบด้วยเหตุ ๑ หรือเหตุ ๒ เท่านั้น โดยที่ผู้มีความปรารถนาเพื่อบรรลุพระนิพพาน หากว่ามิได้ปฏิสนธิด้วยเหตุ ๓ ย่อมไม่อาจทำพระนิพพานให้แจ้งได้ เขาจึงควรประกอบกุศลกรรม มีการบริจาคทานเป็นต้น เพื่อภายภาคหน้าจะได้กำเนิดอันเหมาะสม ควรแก่การบรรลุมรรคผลนิพพานต่อไป

กุศลกรรมมีการให้ทานเป็นอาทิ ย่อมเกื้อหนุนต่อพระนิพพานโดยทางอ้อม ในฐานะเป็นปัจจัยให้ได้มาซึ่งภพชาติอันประเสริฐ เปรียบไปก็เหมือนกับสายฝนเป็นปัจจัยเกื้อหนุนธัญพืชนั่นเอง จริงอยู่ ฝนทำให้ธัญพืชเจริญเติบโต แต่นั่นเป็นเพียงปัจจัยทางอ้อม แม้เราจะพูดได้ว่า ฝนทำให้ธัญพืชงอกขึ้นมาจากพื้นดิน แต่ไม่ว่าฝนจะตกลงมาสักเท่าใด หากชาวนามิได้ลงเมล็ดพันธุ์เอาไว้ ก็อย่าหวังเลยว่าจะได้ผลผลิตมาแม้แต่น้อย เหตุผลหลักที่ทำให้ได้พืชผลธัญญาหารมานั้น ย่อมเป็นเพราะชาวนาลงมือไถหว่านและเพาะปลูกนั่นเอง โดยนัยเดียวกัน การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจึงเป็นเหตุผลหลักในการบรรลุพระนิพพาน ส่วนทานศีลเป็นเพียงเหตุผลรองๆลงมาเท่านั้น

มรรคผลเป็นไปได้แม้ในปัจจุบัน

แม้บางคนจะพร่ำพรรณนาว่า "เดี๋ยวนี้ปฏิบัติวิปัสสนาไปก็ไร้ผล ไม่ว่าจะเจริญวิปัสสนาสักเพียงใด เรื่องบรรลุมรรคผลเป็นอันไม่ต้องพูดถึงแล้ว" ถึงกระนั้น ก็ไม่มีเหตุผลใดๆที่สมควรแก่การยอมรับว่า คำกล่าวนั้นเป็นความจริง เพราะการปฏิบัติใดที่ให้ผลจริง ถ้าเราปฏิบัติตามแนวทางนั้นอย่างถูกต้อง ไม่ผิดเพี้ยน ผลย่อมปรากฏอยู่ดีไม่ว่าในกาลไหนๆ ถ้าการปฏิบัติใดในสมัยหนึ่งนำไปสู่มรรคผล แต่ไม่อาจนำไปสู่มรรคผลได้ในทุกกาลสมัย หากเป็นเช่นนั้น พระธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าย่อมเป็นจริงหรือให้ผลได้เฉพาะกาลเท่านั้น ครั้นล่วงยุคสมัยไปแล้ว กลับไม่เป็นจริงไปได้ แต่คำสอนของพระองค์หาใช่ เป็น

จริงในสมัยหนึ่ง แล้วกลับไม่เป็นจริงในสมัยอื่นหามิได้ ย่อมเป็นจริงและให้ผลจริงใน ทุกกาลสมัยเลยทีเดียว

ถ้าจะกล่าวว่า ยุคสมัยนี้แม้เจริญวิปัสสนาก็ไม่อาจบรรลุมรรคผลใดๆได้ คำพูดเช่นนั้นถือเป็นการกล่าวตู่พระธรรมของพระผู้มีพระภาคว่า จำกัดอยู่ด้วยกาลเวลา อันที่จริง พระธรรมย่อมเป็นความจริงและให้ผลจริงในทุกกาลสมัย เหตุว่า พระตถาคตย่อมไม่ทรงแสดงธรรมซึ่งกลับกลายเป็นอื่น หรือขึ้นอยู่กับกาลเวลา ดังได้ตรัสรับรองเอาไว้ว่า *อิเม จ สุภทฺท ภิกฺขู สมฺมา วิหเรยฺยุํ น สุญฺโญ โลโก อรหนฺเตหิ อสฺส* หมายความว่า หากแม้นพระภิกษุดำรงตนอยู่ด้วยดี หรือปฏิบัติดีปฏิบัติชอบแล้วไซร้ ไม่ว่าในกาลไหนๆ โลกย่อมไม่ว่างเปล่าจากพระอรหันต์เป็นแน่แท้ นี้แสดงให้เห็นอย่างชัดเจนว่า กาลสมัยที่พระธรรมไม่ให้ผลจริงหามีไม่ หากประพฤติดีปฏิบัติชอบแล้ว การบรรลุมรรคผลนิพพานย่อมเป็นไปได้อย่างแน่นอน

ความสูญสิ้นไปของมรรคผล

คัมภีร์อรรถกถาบางเล่มพูดถึงความสูญสิ้นไปของมรรคผล (คือ บุคคลไม่อาจบรรลุมรรคผลได้) คัมภีร์เหล่านี้มักอธิบายไม่ตรงกัน จึงไม่อาจถือเอาเป็นสาระได้ อย่างไรก็ดี แม้จะถือตามทฤษฎีความอันตรธานสิ้นไปของมรรคผลดังกล่าวนั้น ยุคสมัยนี้ก็ยังเป็นช่วงที่บรรลุมรรคผลได้อยู่ดี ซ้ำกาลเวลาจากนี้ไปก็ยังเป็นเช่นนั้นอยู่นั่นเอง

หากเมื่อใดก็ตามที่เข้าสู่ยุคสูญสิ้นมรรคผลแล้ว ปัญหาคงมิใช่เป็นเรื่องของกาลเวลาอยู่นั่นเอง แต่เป็นเรื่องของมนุษย์ที่ไม่ยอมประพฤติปฏิบัติธรรมเสียมากกว่า มรรคผลไม่อาจบรรลุได้ด้วยความพยายามในชาตินี้เพียงชาติเดียว ถ้าบุคคลที่อาจบรรลุมรรคผลในช่วงอายุของพระพุทธศาสนานี้ ได้บรรลุมรรคผลไปจนหมดสิ้นแล้ว นั่นแหละจึงอาจกล่าวได้ว่า เป็นยุคมรรคผลอันตรธานอย่างแท้จริง

ครั้นเมื่อการปฏิบัติที่มนุษย์พึงกระทำเพื่อบรรลุมรรคผล หรือการเจริญ

วิปัสสนาถูกทอดทิ้งไป จนไม่มีผู้ใดรู้จักหนทางปฏิบัติเหลืออยู่เลย เมื่อนั้นใครอื่นนอกจากพระปัจเจกพุทธเจ้าย่อมไม่อาจบรรลุมรรคผลได้ ตราบจนพระสัมมาสัมพุทธเจ้าองค์ต่อไปเสด็จลงมาตรัสรู้ และทรงประกาศหนทางปฏิบัติเพื่อพระนิพพาน คำกล่าวที่ว่า "บัดนี้ มรรคผลเป็นสิ่งที่ไม่อาจบรรลุได้" เพียงเพราะกาลเวลาเปลี่ยนไป ทั้งๆที่พระธรรมของพระผู้มีพระภาคยังดำรงอยู่ และหนทางปฏิบัติวิปัสสนาภาวนายังมีอยู่เช่นนี้ นับว่าเป็นมติที่ขัดแย้งยิ่งนักกับพระพุทธพจน์ที่ว่า *อิเม จ สุภทฺท ภิกฺขู สมฺมา วิหเรยฺยุํ น สุญฺโญ โลโก อรหนฺเตหิ อสฺส* ซึ่งได้กล่าวมาแล้วนั้น

ปัจจุบันนี้มีผู้บรรลุธรรมหรือไม่?

บางท่านมีมติว่า ปัจจุบันนี้ไม่มีผู้ใดบรรลุมรรคผลเลย แต่คนที่บรรลุมรรคผลย่อมไม่ป่าวประกาศต่อชาวโลกว่า "ข้าพเจ้าเป็นพระโสดาบัน ข้าพเจ้าเป็นพระอรหันต์" ทั้งไม่มีลักษณะพิเศษใดๆที่จะทำให้เรารู้ได้ว่า ท่านเป็นพระอริยบุคคลด้วย

สมัยพุทธกาลในเมืองต่างๆ เช่น เมืองสาวัตถี มีชาวบ้านผู้ครองเรือนบรรลุธรรมอยู่นับเป็นจำนวนแสนๆคน ท่านเหล่านั้นย่อมทำการงานประกอบอาชีพ เป็นต้นว่า ทำการเกษตร หรือค้าขาย เพื่อเลี้ยงดูบุตรภรรยาเหมือนดังคนอื่นๆโดยทั่วไป ทั้งไม่มีสัญลักษณ์ใดๆปรากฏให้เห็นเป็นพิเศษด้วย ในสมัยโบราณ พระภิกษุที่บรรลุธรรมมีอยู่มากมายนัก แม้ในศรีลังกานี้เอง คัมภีร์อรรถกถาถึงกับกล่าวว่า มียุคสมัยหนึ่งซึ่งพระภิกษุสงฆ์ล้วนเป็นพระอริยบุคคลแทบทั้งสิ้น จนยากที่จะกล่าวว่า พระรูปนั้นรูปนี้เป็นปุถุชน แต่ไม่ว่าจะมีพระอริยบุคคลมากมายสักเพียงใด อย่าว่าแต่พระโสดาบัน พระสกทาคามี หรือพระอนาคามีเลย ต่อให้เป็นพระอรหันต์ ก็หามีสัญลักษณ์ใดๆปรากฏให้เห็นเป็นพิเศษไม่ ดังมีเรื่องราวเล่าไว้ในคัมภีร์อรรถกถาธัมมสังคิณี ดังนี้

กาลครั้งนั้น มีหลวงตาบวชเมื่อแก่รูปหนึ่ง เป็นพระอุปัฏฐากของพระอรหันต์ซึ่งจำพรรษา ณ สิตุลบรรพตวิหาร เช้าวันหนึ่ง ท่านออกจาริกบิณฑบาต

กับพระอรหันต์ โดยถือบริขารของพระอรหันต์เดินตามหลังไปด้วยกัน ขณะเดินตามไปอยู่ ก็เรียนถามพระอรหันต์รูปนั้นว่า “ท่านอาจารย์ครับ ลักษณะของพระอริยบุคคลเป็นอย่างไร?”

ทีนั้น พระอรหันต์จึงกล่าวตอบว่า “หลวงตาครับ ขนาดพระแก่ๆบางรูปถือบาตรจีวรของพระอริยบุคคลไปด้วยกัน ทั้งยังเอาใจใส่ดูแลท่านเป็นอย่างดียังไม่รู้จักพระอริยบุคคลเลย หลวงตาครับ เรื่องที่จะรู้ว่าใครเป็นพระอริยบุคคลนั้น เป็นความยากเย็นเข็ญใจจริงๆ”

แม้ท่านกล่าวอยู่อย่างนั้น หลวงตาก็ยังไม่เข้าใจความหมายอยู่นั่นเอง

อย่างไรก็ตาม เรื่องที่เล่ามานี้ย่อมแสดงให้เห็นว่า การรู้จักพระอริยบุคคลเป็นเรื่องยากเพียงใด เพราะเหตุที่พระอริยบุคคลไม่มีสัญลักษณ์พิเศษบ่งชี้ ทั้งท่านย่อมไม่ประกาศแก่ผู้อื่นด้วยว่า ท่านเป็นพระอริยบุคคล จึงไม่มีใครอื่นรู้ได้ว่า โลกนี้มีพระอริยบุคคลหรือไม่มี ยกเว้นแต่ผู้ที่มีปรจิตตวิชานนญาณ หรือญาณหยั่งรู้จิตของบุคคลอื่นเท่านั้น แม้แต่ผู้ที่มีญาณหยั่งรู้จิตของบุคคลอื่นก็เถิดยังมิใช่เรื่องง่ายเลยที่จะหยั่งรู้สถานะทางจิตของทุกคนในโลกอันกว้างใหญ่นี้ได้ ถ้าแม้นว่าคนอย่างเราๆ ซึ่งปราศจากญาณหยั่งรู้ดังกล่าว ยังเที่ยวพยากรณ์ว่ายุคสมัยนี้มีพระอริยบุคคลหรือไม่ รังแต่จะเป็นเรื่องน่าหัวเราะไปเท่านั้น

เดี๋ยวนี้อย่าว่าแต่ชาวบ้านเลย แม้แต่พระสงฆ์องค์เจ้าที่เจริญวิปัสสนาจริงๆ ก็มิใช่หาได้โดยง่าย ด้วยเหตุนั้น ชาวโลกจึงให้ความเคารพยกย่องพระภิกษุที่เข้าไปสู่สถานที่สงบวิเวก เช่น สำนักปฏิบัติในป่าไพร เพื่อเจริญจิตตภาวนา ทั้งชาวพุทธผู้เปี่ยมศรัทธาก็อุตสาหะเดินทางไกลๆ เพื่อไปกราบไหว้สักการะพระนักปฏิบัติเหล่านั้น บางคนอาจคิดไปได้ว่า คำพูดในทำนอง “สมัยนี้พระอริยบุคคลไม่มีแล้ว การบรรลุมรรคผลเป็นสิ่งที่เป็นไปไม่ได้ ดังนั้น การเจริญภาวนาจึงเป็นเรื่องเปล่าประโยชน์” ดังนี้ อาจเป็นเพียงวาทะที่พวกไม่ใส่ใจในจิตตภาวนาสรรค์สร้างขึ้น เพื่อลบหลู่ดูแคลนพระภิกษุตามสำนักปฏิบัติอันวิเวกในป่าไพร ก็เป็นได้

แม้ในปัจจุบันเราไม่อาจพูดได้ว่า จะยังมีพระอริยบุคคลอยู่หรือไม่ แต่

เป็นเรื่องแน่นอนที่อาจกล่าวได้ว่า เดี๋ยวนี้หาพระอริยบุคคลไม่ได้โดยง่ายเหมือนเมื่อก่อนแล้ว เป็นความจริงที่ว่า บุคคลไม่อาจตั้งความอุตสาหะเจริญวิปัสสนาเพื่อบรรลุมรรคผลให้จงได้ ในชาตินี้เพียงชาติเดียว บุคคลที่เจริญวิปัสสนาจนสามารถบรรลุมรรคผลในชาตินี้ได้ ล้วนเคยบำเพ็ญวิปัสสนาภาวนาในชาติก่อนๆมาแล้วทั้งสิ้น การบรรลุถึงความสุกงอมแห่งวิปัสสนาญาณ จนสามารถรู้แจ้งในมรรคผลได้นั้น ล้วนต้องผ่านชาติภพมาแล้วอย่างมากมายนัก ในสมัยพุทธกาลและยุคใกล้เคียงต่อจากนั้น มีผู้เปี่ยมบุญบารมีสมควรบรรลุมรรคผลอันเนื่องมาจากการเจริญวิปัสสนาและสั่งสมบารมีมาหลายภพชาติ ท่านเหล่านั้นต่างรู้แจ้งพระนิพพาน และบรรลุมรรคผลกันเป็นจำนวนมากต่อมาก บัดนี้ เหตุเพราะกาลเวลานับแต่พระพุทธองค์ทรงตรัสรู้ผ่านไปนานมากแล้ว บุคคลผู้ทรงภูมิธรรมสมควรแก่การบรรลุมรรคผลเป็นอันมาก ต่างได้บรรลุมรรคผลไปจนหมดสิ้นแล้ว ถ้าจะมีเหลืออยู่ ก็คงเป็นจำนวนน้อย การที่มีผู้บรรลุมรรคผลในปัจจุบันอยู่เพียงเล็กน้อยนั้น อาจเนื่องมาจากเหตุผลดังกล่าวนี้ก็เป็นได้

สมัยนี้ ในบรรดาโยคาวจรทั้งหลายผู้เจริญวิปัสสนา หากบุคคลใดถึงพร้อมด้วยเหตุสัมปัตติ (ปฏิสนธิด้วยเหตุอันเป็นกุศลครบทั้ง ๓ ประการ) ท่านเหล่านั้นย่อมเห็นแจ้งพระนิพพานและบรรลุมรรคผลได้ สำหรับผู้ที่เหตุสัมปัตติยังไม่ถึงพร้อม การปฏิบัติในชาตินี้ย่อมส่งผลให้ได้บรรลุมรรคผลในชาติต่อไป หากมิได้เจริญวิปัสสนาภาวนาเอาไว้ อาศัยแต่เพียงเหตุสัมปัตติเท่านั้น ย่อมไม่อาจเข้าถึงมรรคผลใดๆได้ นอกจากนั้น เราย่อมไม่อาจหยั่งรู้ได้ว่า เรามีเหตุสัมปัตติหรือเป็นผู้ถือปฏิสนธิด้วยเหตุ ๓ หรือไม่ ผู้คนมากหลายแม้มีเหตุสัมปัตติเพียงพอต่อการบรรลุมรรคผล แต่เพราะมิได้เจริญวิปัสสนา จึงพากันเสื่อมจากมรรคผลที่พึงได้รับ ดังเช่นบุตรชายมหาธนเศรษฐีแห่งเมืองพาราณสีในสมัยพุทธกาลนั่นเทียว

กาลครั้งนั้น บุตรของมหาธนเศรษฐีในเมืองพาราณสีมีทรัพย์ถึง ๑๘๐ โกฏิ เที่ยวประพฤติโดยมิชอบ เพราะความมัวเมาในทรัพย์ของตน ถึงกับทำลายทรัพย์เหล่านั้นจนหมดสิ้น ในท้ายที่สุด แม้กระทั่งที่อยู่อาศัยก็ไม่มี ต้องเป็นอยู่ด้วยการขอทานเลี้ยงชีวิต พระบรมศาสดาทอดพระเนตรเห็นเขาแล้ว ทรงมี

ดำรัสกับพระอานนท์ว่า

"ดูกรอานนท์ เธอจงดูบุตรของมหาธนเศรษฐีซึ่งกำลังเที่ยวขอทานนี้เถิด ถ้าหากว่าในปฐมวัย บุคคลนี้พึงประกอบการงาน ไม่ทำลายทรัพย์ที่มีอยู่ให้หมดไป จักได้เป็นอัครเศรษฐีของเมืองนี้ ถ้าเขาพึงออกบวชไซร้ จักสามารถทำลายอาสวะกิเลสได้อย่างสิ้นเชิง และกระทำพระนิพพานให้แจ้งโดยความเป็นอรหันต์ ถ้าหากว่าในมัชฌิมวัย บุคคลนี้พึงประกอบการงาน จักได้เป็นเศรษฐีอันดับที่ ๒ ในเมืองนี้ ถ้าเขาพึงออกบวชไซร้ จักกระทำพระนิพพานให้แจ้งโดยความเป็นอนาคามีบุคคล ถ้าหากว่าในปัจฉิมวัยบุคคลนี้พึงประกอบการงาน จักได้เป็นเศรษฐีอันดับที่ ๓ ในเมืองนี้ ถ้าเขาพึงออกบวชไซร้ จักกระทำพระนิพพานให้แจ้งโดยความเป็นสกทาคามีบุคคล"

ผู้คนจำนวนมากอาจคิดว่า ถ้าแม้นมีโอกาสพบพระพุทธเจ้า ได้ฟังธรรมจากพระองค์ ย่อมสามารถรู้แจ้งพระนิพพานและบรรลุมรรคผลได้โดยง่าย แต่ใช่ว่าคนทุกคนจะเห็นแจ้งพระนิพพานด้วยเหตุเพียงเท่านั้นก็หาไม่ ในยามอรุณรุ่ง พระผู้มีพระภาคทรงมีปกติเล็งพระญาณตรวจดูหมู่สัตว์ ทรงแสวงหาบุคคลผู้ถึงพร้อมด้วยเหตุสัมปัตติ หรือความถึงพร้อมของบารมีธรรมเพื่อบรรลุพระนิพพาน และเสด็จไปแสดงธรรมโปรดบุคคลเช่นนั้นให้รู้แจ้งพระนิพพาน ถ้าเพียงแต่ฟังธรรมจากพระพุทธองค์แล้ว มนุษย์ทุกผู้คนสามารถบรรลุพระนิพพานได้จริง จะมีเหตุผลใดที่พระพุทธองค์ทรงต้องแสวงหาบุคคลผู้มีศักยภาพสามารถบรรลุธรรมเล่า เพราะเพียงแต่เสด็จจาริกแสดงธรรมเรื่อยไป จากมุมโลกหนึ่งไปยังอีกมุมโลกหนึ่ง ก็สำเร็จประโยชน์ตามพุทธประสงค์ได้แล้ว บุคคลที่ไม่มีเหตุสัมปัตติเพื่อบรรลุพระนิพพาน และไม่มีศักยภาพหยั่งรู้อย่างลึกซึ้งในธรรม อย่าว่าแต่จะฟังพระธรรมเทศนาเพียงครั้งเดียวจากพระพุทธองค์เลย ต่อให้ฟังเป็นพันครั้ง หรือฟังจากพระพุทธเจ้าเป็นพันองค์ ก็ไม่อาจบรรลุมรรคผลใดๆได้

พระเจ้าปเสนทิโกศลทรงเป็นอุบาสกผู้มีความใกล้ชิดกับพระพุทธเจ้าเป็นอย่างยิ่ง มักเสด็จมาเฝ้าพระพุทธองค์อยู่เนืองนิตย์ จึงมีพระสูตรเป็นอันมากที่พระพุทธองค์ทรงแสดงโปรดพระราชาองค์นี้โดยเฉพาะ ในคัมภีร์สังยุตตนิกาย ถึงกับมีการรวบรวมพระสูตรต่างๆ ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงแก่พระเจ้า

ปเสนทิโกศลเป็นกรณีพิเศษ จัดแยกไว้เป็นสัดส่วน เรียกว่า *โกสลสังยุตต์* ทั้งพระราชาก็โปรดให้สร้างมหาวิหารอุทิศถวายแด่พระพุทธองค์ ซึ่งประทับอยู่ในแคว้นโกศลเป็นเวลาอันยาวนานด้วย แต่พระราชาพระองค์นี้ก็มิได้ทรงบรรลุธรรมแม้ในระดับโสดาบัน ส่วนพระนางมัลลิกาเทวีก็เช่นเดียวกัน แม้ทรงสดับพระธรรมเทศนาจากพระพุทธองค์อยู่เนืองนิตย์ ทั้งทรงถวายทานเป็นประจำด้วย แต่หาได้ทรงบรรลุมรรคผลแต่อย่างใดไม่

พระภิกษุชื่อว่า สุนักขัตตะ เป็นพระรูปหนึ่งที่เคยถวายอุปัฏฐาก และร่วมจาริกอย่างใกล้ชิดกับพระบรมศาสดาอยู่ระยะหนึ่ง ดุจเดียวกับพระอานนท์ แต่ท่านก็ไม่อาจบรรลุธรรมแม้ในระดับโสดาบัน ผู้ที่เคยใกล้ชิดกับพระพุทธองค์ในทำนองเดียวกันนี้ แต่ไม่อาจบรรลุมรรคผลใดๆเลย คงมีอีกมากมายนัก ในอดีตกาล มีพระพุทธเจ้าลงมาตรัสรู้มากต่อมากแล้ว จนแทบกล่าวไม่ได้เลยว่า ในสังสารวัฏอันยาวนานนี้ จะมีบุคคลใดไม่เคยพบเห็นพระพุทธเจ้า และไม่เคยฟังธรรมจากพระองค์เลย ถ้าเพียงแต่สดับพระธรรมเทศนาจากพระพุทธเจ้าแล้ว สัตว์ทั้งหลายทุกผู้คนย่อมบรรลุพระนิพพานได้แล้วไซร้ ในโลกนี้คงไม่มีบุคคลใดหลงเหลืออยู่จนถึงวันนี้เป็นแน่แท้ เพราะนิพพานกันไปจนหมดสิ้นแล้ว

ดอกบัวที่เติบโตจนเพียงพอต่อการเบ่งบาน ครั้นได้รับแสงอาทิตย์ย่อมคลี่กลีบบานออก ส่วนดอกบัวอื่นๆที่เหลือไม่อาจบานได้ โดยนัยเดียวกัน บุคคลผู้ประกอบด้วยเหตุสัมปัตติ เมื่อได้ฟังพระธรรมเทศนาจากพระพุทธเจ้า ย่อมบรรลุมรรคผลนิพพานได้ เฉพาะแต่บุคคลที่ในอดีตชาติเคยศึกษาแยกแยะ ธรรมทั้งหลาย มีเบญจขันธ์เป็นต้น ทั้งฝึกฝนอบรมปัญญาด้วยการเจริญวิปัสสนา และเป็นติเหตุกบุคคล (ถือปฏิสนธิด้วยเหตุครบทั้ง ๓ ประการ) เท่านั้น จึงสามารถบรรลุมรรคผลจากการฟังพระธรรมเทศนาของพระพุทธเจ้า เพียงให้ทาน หรือรักษาศีล ย่อมไม่เป็นเหตุเพียงพอให้บุคคลเข้าถึงคุณสมบัติเช่นนั้นในกาลเบื้องหน้าได้ ผู้ที่เพียงแต่ตั้งมั่นอยู่ในทานศีล ย่อมบังเกิดในสุคติภูมิ และมีโอกาสได้พบพระพุทธเจ้า แต่ไม่อาจบรรลุพระนิพพานได้เพียงด้วยการฟังธรรมจากพระพุทธองค์

ประเภทแห่งบุคคล

จตฺตาโรเม ภิกฺขเว ปุคฺคลา สนฺโต สํวิชฺชมานา โลกสฺมึ. กตเม จตฺตาโร? อุคฺฆฏิตญฺญู วิปจิตญฺญู เนยฺโย ปทปรโม. อิเม โข ภิกฺขเว จตฺตาโร ปุคฺคลา สนฺโต สํวิชฺชมานา โลกสฺมึ.

พระพุทธดำรัสนี้แสดงให้เห็นว่า ในโลกนี้มีบุคคลอยู่ ๔ จำพวก คือ อุคฆฏิตัญญูบุคคล วิปจิตัญญูบุคคล เนยยบุคคล และปทปรมบุคคล

บุคคลที่ได้ฟังธรรมแม้โดยย่อจากพระพุทธเจ้าหรือพระสาวกแล้ว สามารถบรรลุมรรคผล หยั่งรู้แจ้งชัดในอริยสัจ ๔ และกระทำพระนิพพานให้แจ้งได้ ดังเช่น พระทารุจิริยะ พระสารีบุตร หรือพระโมคคัลลานะ ได้ชื่อว่า อุคฆฏิตัญญูบุคคล ส่วนผู้ที่ฟังธรรมโดยนัยพิสดารแล้ว สามารถบรรลุมรรคผล และกระทำพระนิพพานให้แจ้ง ได้ชื่อว่า วิปจิตัญญูบุคคล ผู้ที่ศึกษาธรรมแล้ว หมั่นฝึกฝนอบรมตนต่อไป ด้วยการน้อมนำธรรมะที่ได้ศึกษานั้นมาไตร่ตรองพิจารณาอยู่เนืองๆ และคบหาสมาคมกับกัลยาณมิตร เป็นต้น จนสามารถบรรลุมรรคผล กระทำพระนิพพานให้แจ้งได้ เช่นนี้ชื่อว่า เนยยบุคคล ส่วนผู้ที่ไม่อาจบรรลุมรรคผลได้ในชาตินี้ ไม่ว่าจะฟังธรรมมามากมายสักเพียงใด คบหาสมาคมกับกัลยาณมิตรสักเท่าไร หรือเจริญภาวนาสักเพียงไรก็ตาม เช่นนี้ ย่อมได้ชื่อว่า ปทปรมบุคคล

อุคฆฏิตัญญูได้แก่บุคคลที่ในชาติปางก่อน เป็นผู้เคยเจริญวิปัสสนาญาณจนแก่กล้า อันเป็นผลจากการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นต้น ผู้ที่เคยเจริญวิปัสสนาญาณในระดับปานกลาง เป็นวิปจิตัญญูบุคคล ผู้ที่เคยเจริญวิปัสสนาญาณในระดับอ่อนๆ จัดเป็นเนยยบุคคล ส่วนผู้ที่ไม่มีอุปนิสัยในการบรรลุธรรม ซ้ำยังประกอบด้วยอันตรายิกธรรม ย่อมอยู่ในฐานะเป็นปทปรมบุคคล ผู้ที่สมควรหมั่นฝึกฝนอบรมตนในวิปัสสนาภาวนา ได้แก่ เนยยบุคคล และปทปรมบุคคล ในบรรดาบุคคลทั้ง ๒ จำพวกนี้ การฝึกฝนของปทปรมบุคคลย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์แก่ชาติภพในเบื้องหน้าเท่านั้น

เหตุขัดข้องในการบรรลุธรรม

เหตุ ๕ ประการ ซึ่งเป็นอันตรายขัดขวางการบรรลุธรรม ได้แก่ กรรม กิเลส วิบาก วาจาลบหลู่ และการละเมิดสิกขาบท

การล่วงละเมิดอนันตริยกรรม ๕ และประทุษร้ายพระภิกษุณีจัดเป็นอันตรายเพราะกรรม แม้บุคคลจะเป็นผู้ถึงพร้อมด้วยเหตุสัมปัตติสักเพียงใด หากกระทำกรรมเหล่านี้อย่างใดอย่างหนึ่ง ย่อมไม่อาจบรรลุมรรคผลในชาตินี้ได้ ไม่ว่าจะเพียรพยายามสักปานใดก็ตาม *นิยตมิจฉาทิฏฐิ* ได้ชื่อว่า อันตรายอันเกิดจากกิเลส ผู้ที่เคยยึดมั่นอยู่ด้วยนิยตมิจฉาทิฏฐิ หากสละความเห็นผิดนั้นแล้ว สมาทานอยู่ในความเห็นอันถูกต้องเป็นสัมมาทิฏฐิ ย่อมสามารถบรรลุมรรคผลได้ การถือปฏิสนธิด้วยทวิเหตุกะหรืออเหตุกะจัดเป็นอันตรายจากวิบาก ผู้ที่สามารถบรรลุมรรคผลได้ในปัจจุบันชาติ ต้องเป็นผู้ถือกำเนิดด้วยเหตุ ๓ ประการ หรือเป็นติเหตุกบุคคลเท่านั้น ส่วนบุคคลที่ถือกำเนิดด้วยอกุศลกรรม หรือปฏิสนธิด้วยกุศลกรรมอันมีกำลังอ่อน เรียกว่า อเหตุกบุคคลและทวิเหตุกบุคคล

ติเหตุกบุคคล คือ ผู้ที่ถือปฏิสนธิด้วยอำนาจแห่งกุศลอันมีกำลังกล้า เดี๋ยวนี้มักมีคำถามว่า ในสังคมมนุษย์ยุคปัจจุบันจะยังมีติเหตุกบุคคลอยู่หรือไม่? คำตอบคือ “ยังมีอยู่” อเหตุกบุคคลในสังคมมนุษย์ ได้แก่คนพิกลพิการมาแต่กำเนิด เป็นต้นว่า เกิดมาตาบอด ซึ่งเป็นที่สังเกตรู้ได้โดยง่าย แต่บุคคลที่เป็นทวิเหตุกะและติเหตุกะนั้น หามีลักษณะพิเศษให้สังเกตรู้ไม่ พูดอย่างกว้างๆ อาจกล่าวได้ว่า คนที่มีปัญญาเฉลียวฉลาดเป็นติเหตุกบุคคล ส่วนคนที่มีปัญญาทรามเป็นทวิเหตุกบุคคล คนที่สมองดีมาแต่กำเนิด ไม่ว่าจะเฉลียวฉลาดสักเพียงใดก็ตาม หากไม่ได้ศึกษาเล่าเรียน ก็ยากที่พุทธิภาวะจะปรากฏเด่นชัดได้ ในโลกนี้มีผู้คนเป็นจำนวนมากที่สมองดี แต่เมื่อไม่ได้รับการศึกษา ย่อมพลัดตกไปอยู่ในกลุ่มของพวกคนโง่เขลา ส่วนคนที่เกิดมาสมองไม่ถึงกับดีมากนัก แต่ด้วยอำนาจของวิชาความรู้ที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมา กลับมีโอกาสไปรวมอยู่ในกลุ่มของนักปราชญ์ก็มีเป็นอันมาก ด้วยเหตุนี้ การแยกแยะว่าใครมีพุทธิปัญญาดีหรือไม่ จึงไม่ใช่เรื่องง่าย

…พระเจ้าก็ดี จนแม้ที่สุด คฤหัสถ์ผู้บรรลุธรรมเป็นพระโสดาบันก็ดี เหล่านี้เป็นกรรมเพราะการลบหลู่พระอริยบุคคล เป็นอันตรายิกธรรมที่แก้ไขได้ด้วยการขอขมาลาโทษแก่พระอริยบุคคล ผู้ที่เราได้ล่วงเกินไปแล้วนั้น ให้ท่านอดโทษ หลังจากนั้น ย่อมมีทางบรรลุมรรคผลได้ มีคำแนะนำเพิ่มเติมว่า ถ้าไม่สามารถค้นหาพระอริยบุคคลผู้ที่เราได้ล่วงเกินไปแล้ว พึงกำหนดทิศทางที่ท่านจากไป น้อมนมัสการไปยังทิศนั้น แล้วกระทำการขอขมา หรือถ้าพระอริยบุคคลที่เราล่วงเกินนั้น ได้ทำกาลกิริยา (ตาย) ไปแล้ว ก็อาจไปยังสุสานแล้วทำพิธีขอขมา ดังนี้ ย่อมเป็นหนทางแก้ไขความผิดของตนเสียได้ บางทีอาจเป็นไปได้ว่า เราได้ล่วงเกินต่อพระอริยบุคคลมีพระพุทธเจ้าเป็นต้นไว้แล้วโดยไม่รู้ตัว ดังนั้น ในเวลาที่จะเริ่มต้นเจริญภาวนา โยคาวจรพึงกราบขอขมาพระรัตนตรัย และกราบขอขมาพระอริยบุคคลทั้งหลาย แล้วเริ่มบำเพ็ญเพียรภาวนา ย่อมเป็นการสมควร

การกระทำความผิดล่วงละเมิดอาบัติทั้งหลายด้วยเจตนาทั้งๆที่รู้อยู่ นี้แหละชื่อว่า อันตรายจากการละเมิดสิกขาบท ความผิดดังกล่าวย่อมเป็น

อันตรายขัดขวางการปฏิบัติ ตราบเท่าที่โยคาวจรยังมิได้ชำระตนให้บริสุทธิ์ตามกรรมวิธี มีการปลงอาบัติ เป็นต้น แต่ถ้าหากลาเพศจากการเป็นบรรพชิต (ลาสึก) เสียแล้ว ข้อขัดข้องประการนี้ย่อมเป็นอันหมดสิ้นไปเอง

วิปัสสนากับการออกบวช

บางคนมีมติว่า การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาให้ได้มรรคผลจริงจัง ควรต้องออกบวช เมื่อบวชแล้ว ย่อมไม่ควรอยู่ในเมืองหรือหมู่บ้าน แต่ควรหลีกเร้นไปสู่ป่าเขาเพียงผู้เดียว แล้วมุ่งเจริญวิปัสสนาเท่านั้น ความจริงหาเป็นเช่นนั้นไม่ ถ้าการปฏิบัติเป็นไปอย่างถูกต้องตามลำดับ ผลที่ได้รับย่อมไม่แตกต่างกันระหว่างคฤหัสถ์และบรรพชิต จะปฏิบัติในเมืองหรือในหมู่บ้าน ในวัดวาอารามหรือในบ้านเรือน หากปฏิบัติอย่างถูกต้อง ไม่ผิดเพี้ยน ผลที่ได้รับย่อมไม่แตกต่างกันเป็นแน่แท้

ในสมัยพุทธกาล พระภิกษุกลุ่มหนึ่งเรียนกรรมฐานจากพระพุทธองค์แล้วไปยังหมู่บ้านชื่อว่ามาติกคามในแคว้นโกศล เพื่ออยู่จำพรรษาและเจริญภาวนา อุบาสิกาชื่อว่า มาติกา เรียนกรรมฐานต่อจากพระภิกษุเหล่านั้น เพียรเจริญภาวนาอยู่ จนบรรลุอนาคามิผลก่อนพระภิกษุ และได้ขวนขวายเกื้อกูลแก่พระภิกษุเหล่านั้น เพื่อการบรรลุธรรมเป็นพระอรหันตบุคคลด้วย บรรดาพระภิกษุอาศัยอุบาสิกาเป็นที่พึ่ง ในที่สุดก็ได้เป็นพระอรหันต์จริงๆ

โดยที่ทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิต ล้วนสามารถบรรลุมรรคผล และกระทำพระนิพพานให้แจ้งได้ดุจเดียวกันเห็นปานนี้ จึงสมควรที่สาธุชนผู้มีจิตศรัทธามุ่งหวังความหลุดพ้นจากสังสารวัฏ อย่าได้คิดว่า "เราบวชแล้วนั่นแหละ จึงจะเข้าไปสู่ป่าไพรเพื่อเจริญภาวนา" ดังนี้ แม้ยังครองเรือนและกระทำการงานต่างๆ เพื่อประกอบอาชีพอยู่ ก็จงรีบเร่งเจริญวิปัสสนาภาวนา โดยไม่ปล่อยเวลาให้ผ่านไปเปล่า อย่ามัวแต่แสวงหาหนทางออกบวช หรือลำบากลำบนเที่ยวแสวงหาสถานที่เหมาะสมอย่างสมบูรณ์แบบอยู่เลย

ถ้าแม้นว่าอยู่ในฐานะที่ไม่ต้องประกอบอาชีพการงาน และมีโอกาสปลีก

วิเวกไปเจริญภาวนาได้อย่างอิสระ บุคคลที่เจริญภาวนาอย่างปราศจากความกังวลเช่นนี้ ย่อมสามารถเห็นผลได้รวดเร็วยิ่งขึ้น สำหรับผู้ที่ไม่มีความเป็นอิสระเช่นนั้น หากมัวแต่คิดว่า มีเวลาว่างเมื่อไรค่อยเจริญภาวนา ดังนี้แล้ว เขาย่อมเสื่อมจากการเจริญภาวนาเป็นแน่แท้ จึงไม่ว่าจะมีงานยุ่งยากมากมายสักเพียงใดก็ตาม เราควรจัดสรรเวลาในแต่ละวันเพื่อการเจริญภาวนา และจงเพียรเจริญภาวนาในเวลาที่ได้จัดสรรไว้นั้น เมื่อได้ฝึกฝนเช่นนี้ไปเรื่อยๆ ในที่สุดย่อมสามารถเจริญภาวนาได้ แม้ในขณะกำลังทำงานต่างๆอยู่นั่นเอง

อุปสรรคและการเข้าถึงพระนิพพาน

วิปัสสนาภาวนาเป็นแนวทางปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นจากสังสารทุกข์ และกระทำพระนิพพานให้แจ้ง ผู้ที่มุ่งมั่นปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับวิปัสสนา และเรียนรู้ถึงเหตุปัจจัยที่ทำให้สัตว์ทั้งหลายไม่อาจบรรลุพระนิพพาน และเหตุปัจจัยเกื้อหนุนที่ทำให้บรรลุพระนิพพานได้ ในที่นี้จะแสดงอรรถาธิบายเกี่ยวกับเหตุปัจจัยทั้ง ๒ ประการนั้น แต่พอสังเขป

เบญจขันธ์เป็นกองทุกข์ แม้สรรพทุกข์ทั้งหลายก็เกิดขึ้นที่เบญจขันธ์นี้นั่นเอง เพราะเหตุที่ทุกข์ไม่อาจเกิดขึ้นได้โดยปราศจากเบญจขันธ์ การสงบระงับไปแห่งเบญจขันธ์จึงเป็นที่สุดของกองทุกข์ทั้งปวง พระนิพพานเป็นวิมุติสุข (สุขเพราะหลุดพ้น) อันเกิดจากความสิ้นไปแห่งทุกข์ เมื่อเบญจขันธ์เก่าแตกดับไป เบญจขันธ์ใหม่ย่อมเกิดขึ้นมาทดแทน ทำให้เกิดใหม่แล้วๆเล่าๆจากภพชาติสู่ภพชาติ การได้ขันธ์ใหม่ต่อเนื่องเช่นนี้ ทำให้ไม่อาจเข้าสู่พระนิพพานได้ สิ่งที่บุคคลผู้มุ่งหวังพระนิพพานควรกระทำเพื่อการบรรลุพระนิพพาน คือ แสวงหาเหตุที่ทำให้เกิดขันธ์ใหม่เหล่านั้น หรือเหตุแห่งการเกิดใหม่ แล้วทำลายเหตุนั้นเสีย พระผู้มีพระภาคผู้ทรงสัพพัญญุตญาณตรัสแสดงว่า ตัณหาเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดใหม่ซ้ำแล้วซ้ำเล่า เรื่องที่ควรทำความเข้าใจในขณะนี้จึงมีอยู่ ๒ ประการ คือ ตัณหานั้นเป็นไฉน? และ ตัณหานั้นทำให้สัตว์เกิดขึ้นแล้วๆเล่าๆได้ด้วยอาการเช่นไร?

ตัณหามีสภาวะแห่งความอยากและความยึดติดในสิ่งทั้งหลาย แม้ตัณหาจะเป็นสภาวธรรมเพียงหนึ่งเดียว แต่ลักษณะที่ตัณหาเกิดขึ้นนั้นมีต่างๆกัน จึงมีชื่อเรียกแตกต่างกันออกไป เช่น ความโลภ ราคะ ความปรารถนา ความอยาก ความอาลัย ความยึดติด ความใคร่ เป็นต้น สภาวธรรมคือตัณหาเพียงหนึ่งเดียวนี้ หากกล่าวตามอาการที่ส่งผลต่อสัตว์ทั้งหลาย ย่อมสามารถแยกประเภทได้เป็น ๓ ชนิดด้วยกัน ตัณหาอย่างแรกได้แก่ความปรารถนาในการดำรงคงอยู่ หมายถึง ความต้องการมีชีวิตอยู่ในโลกในฐานะเป็นบุคคลที่มีตัวตนคนหนึ่ง ตัณหาอย่างที่ ๒ ได้แก่ ความปรารถนาในการเสพอารมณ์ทางอินทรีย์ทั้ง ๖ เช่น รูป เสียง เป็นอาทิ ซึ่งตนเห็นว่าน่าใคร่น่าพอใจ ตัณหาอย่างที่ ๓ เป็นความปรารถนาด้วยวัตถุที่เป็นเครื่องนำความพอใจมาปรนเปรออินทรีย์ของตน เช่น บุตร ภรรยา ญาติ มิตร ช้าง ม้า วัว ควาย หรืออาภรณ์ เครื่องนุ่งห่ม ข้าว น้ำ ยานพาหนะ บ้านเรือน เงิน ทอง ไข่มุก อัญมณี และทรัพย์สินต่างๆ เป็นต้น

ในตัณหาทั้ง ๓ ประเภทเหล่านี้ ตัณหาที่จัดอยู่ในประเภทแรก อันได้แก่ความปรารถนาเพื่อการมีชีวิตอยู่ นับว่าเป็นตัณหาที่มีกำลังแรงที่สุด และยากต่อการลดละเป็นอย่างยิ่ง แม้เมื่อสัตว์หรือบุคคลกระทำกาลกิริยา (ตาย) ลง ตัณหานั้นก็ยังดำรงคงอยู่นั่นเอง ด้วยเหตุนั้น ทันทีที่จิตดวงสุดท้ายในปัจจุบันชาติของสัตว์หรือบุคคลที่กระทำกาลกิริยาดับลง จิตดวงใหม่ย่อมเกิดขึ้นสืบเนื่องไปในฐานะเป็นภพชาติใหม่ต่อไปเลยทีเดียว เพราะเขายังมีความปรารถนาในการเห็นสรรพสิ่งในโลก ความปรารถนาในการฟังเสียง ความปรารถนาในการสูดดมกลิ่น ความปรารถนาในการเสพรส ความปรารถนาในการสัมผัสทางกาย และความปรารถนาเพื่อรับรู้ความเป็นไปของโลก จึงก่อเกิดร่างกายที่เพียบพร้อมด้วยอินทรีย์ทั้งหลายมีตาเป็นต้น เพื่อเป็นอุปกรณ์ในการรับรู้อารมณ์ เช่น รูป และเสียงเป็นอาทิได้

หลังจากเกิดมาดังนี้แล้ว ตัณหา ๓ ประการของเขา ย่อมดำรงคงอยู่ในชาติภพที่ ๒ อย่างไม่ขาดตกบกพร่อง เพราะเหตุนั้น เมื่อจุติจากชาติภพนั้นแล้ว เขาย่อมถือกำเนิดเกิดใหม่อีกในชาติที่ ๓ เช่นกัน แม้ในเบื้องหน้า ตราบเท่าที่ตัณหาของเขายังเป็นไปอยู่ เขาย่อมเกิดใหม่แล้วๆเล่าๆอยู่นั่นเอง ไม่อาจ

เข้าสู่พระนิพพานได้ เมื่อใดก็ตาม บุคคลทำลายตัณหาให้หมดสิ้นไปแล้ว ขันธ์ใหม่ย่อมไม่เกิดมีแก่เขา ด้วยเหตุนั้น จึงเป็นอันสรุปได้ว่า ตัณหานั้นแหละเป็นเหตุปัจจัยแห่งการเกิดใหม่อย่างไม่มีที่สิ้นสุด

ภารกิจหนึ่งเดียวที่ควรกระทำเพื่อบรรลุพระนิพพาน คือ การทำลายเสียซึ่งตัณหาอันก่อเกิดขันธ์ใหม่ (ภพชาติ) แล้วๆเล่าๆ นั่นเอง แม้ตัณหาก็มิใช่สภาวธรรมที่จะเกิดขึ้นเอง โดยไม่อาศัยเหตุปัจจัยแต่อย่างใดเลย แต่เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยบางประการเป็นแน่แท้ เราจึงไม่อาจทำลายตัณหาลงได้ด้วยกรรมวิธีอื่นใด นอกจากต้องรู้จักเหตุแห่งตัณหา และทำลายเหตุนั้นเสีย การไม่บริจาคทาน ไม่บำเพ็ญพรตหรือรักษาศีล ก็มิใช่เป็นเหตุปัจจัยให้เกิดตัณหาได้ ลำพังเพียงบริจาคทานหรือรักษาศีล จึงมิใช่การปฏิบัติเพื่อทำลายเสียซึ่งตัณหา จริงอยู่ การให้ทานย่อมทำให้ตัณหาบางเบาลงไปในระดับหนึ่ง แต่นั่นย่อมไม่อาจทำให้ตัณหาชนิดที่เป็นเหตุปัจจัยหลักสำหรับการเกิดใหม่ ลดน้อยถอยลงไปแต่อย่างใด สิ่งที่ลดน้อยลงเป็นเพียงตัณหาหรือความอยากในวัตถุที่ตนเองบริจาคไปเท่านั้น เพราะการบริจาคทานเป็นกรรมอย่างหนึ่ง เบื้องหน้าแต่ตายไปจึงเกื้อกูลต่อการเกิดในภพชาติใหม่ต่อไป ซึ่งมีตัณหาเป็นเหตุปัจจัยหลักโดยแท้

ถ้าตัณหาเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดใหม่ โมหะหรือความหลงก็เป็นสภาวธรรมซึ่งปกปิดความเป็นจริงของเบญจขันธ์ ทำให้บุคคลไม่อาจหยั่งรู้ความเป็นจริงได้ โมหะนี้โดยมากมักเกิดขึ้นพร้อมกันและเป็นไปพร้อมกับตัณหา เบญจขันธ์มี “รสอร่อย” เพียงน้อยนิด แต่มีทุกข์โทษเป็นอเนกอนันต์ สภาวะที่นำมาซึ่งความยินดีปรีดาเป็นรสอร่อยของเบญจขันธ์ ความทุกข์ที่เกิดขึ้นเพราะการถือกำเนิดในชาติภพก็ดี ความทุกข์แม้ในขณะถือกำเนิด (คลอด) ก็ดี หลังจากเกิดแล้ว ครั้นเจริญวัยขึ้น ย่อมประสบกับความทุกข์เป็นอันมากจากการประกอบอาชีพการงานก็ดี ทั้งไม่ว่าจะอุตสาหะเพียงใด พยายามมากมายสักเท่าไร หรือเหนื่อยยากดูแลรักษาเป็นอย่างดีสักปานใดก็ตาม สังขารย่อมเสื่อมโทรมและแตกดับไปในที่สุดก็ดี ความเป็นวัตถุแห่งทุกข์เป็นอเนกประการก็ดี สังขารตั้งอยู่ตราบใด ย่อมไม่อาจล่วงพ้นจากทุกข์ได้ก็ดี เหล่านี้เป็นต้น นับเป็นกองแห่งทุกข์โทษอันยิ่งใหญ่อย่างแท้จริง กล่าวอีกนัยหนึ่ง ความที่ต้องทนทุกข์ทรมานอยู่เนืองนิตย์ด้วยทุกข์ ๓ ประการ

กล่าวคือ สังขารทุกข์ วิปริณามทุกข์ และทุกขทุกข์ เช่นนี้ก็ดี สภาวะที่ยึดมั่นว่าสัตว์บุคคลมีอยู่โดยความเป็นอัตตา น่ายินดี และเป็นสุขยั่งยืนนั้น แท้จริงมิได้มีอยู่ก็ดี เหล่านี้ล้วนเป็นกองแห่งทุกข์โทษในเบญจขันธ์ทั้งสิ้น

เพราะความที่ประกอบด้วยกองแห่งทุกข์โทษดังกล่าว เบญจขันธ์จึงล้วนเป็นสิ่งไม่น่าหลงยึดติด แต่เป็นสิ่งน่าสะพรึงกลัว เป็นสิ่งที่ไม่น่ายินดี ควรที่จะรังเกียจ แต่ขันธ์ทั้ง ๕ อันน่าสะพรึงกลัวและน่ารังเกียจเหล่านี้ บุคคลกลับเข้าไปหลงยึดติด มิได้มีความรังเกียจแต่อย่างใด เหตุเพราะโมหะได้ปิดบังสภาวะอันเป็นจริงที่น่าสะพรึงกลัวและน่ารังเกียจเอาไว้นั่นเอง ด้วยอำนาจแห่งโมหะที่ปิดบังสภาวธรรมอันเป็นจริงของเบญจขันธ์เอาไว้ เบญจขันธ์จึงปรากฏในฐานะเป็นสัตว์บุคคล มิใช่ในฐานะสักแต่ว่าเบญจขันธ์ ทั้งยังปรากฏในฐานะเป็นสิ่งที่น่ายินดี น่าเข้าไปหลงยึดติดด้วย โมหะยังครอบคลุมปิดบังความเป็นจริงในเบญจขันธ์อยู่ตราบใด ความหลงผิดและความเข้าใจผิดเช่นนี้ ย่อมดำรงคงอยู่ต่อไปตราบนั้น

บุคคลผู้มีความปรารถนาอย่างแรงกล้าในเศษแก้วชิ้นหนึ่งด้วยสำคัญผิดว่า นั่นเป็นอัญมณีอันล้ำค่า ครั้นได้รู้ว่า แท้ที่จริงสิ่งนั้นเป็นเพียงชิ้นเศษแก้ว ความปรารถนาของเขาย่อมหมดสิ้นไปโดยพลัน ข้อนี้แม้ฉันใด ในทำนองเดียวกันนั้นแล บุคคลผู้เป็นอยู่ด้วยอำนาจแห่งความหลงติดใน “รสอร่อย” ของเบญจขันธ์ ครั้นโมหะถูกทำลายจนเบาบางแล้ว สภาวธรรมของเบญจขันธ์ย่อมปรากฏตามความเป็นจริง ความปรารถนาของเขาย่อมหมดสิ้นไป ครั้นเมื่อความหลงยึดติดในขันธ์ทั้งหลายถูกทำลายจนหมดสิ้นไปเช่นนั้นแล้ว บุคคลย่อมเข้าถึงที่สุดแห่งการเวียนว่ายตายเกิด การณ์เป็นเช่นนี้จึงควรทราบว่า เหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดตัณหานั้น แท้จริงคือโมหะที่ปิดบังสัจธรรมแห่งเบญจขันธ์นั่นเอง การทำลายโมหะหรือความหลงผิดย่อมเป็นไปได้ ด้วยความพยายามในการแสวงหาความเป็นจริงในขันธ์ ๕ โดยแท้ เมื่อใดก็ตาม สภาวธรรมแห่งเบญจขันธ์ปรากฏขึ้นตามความเป็นจริง เมื่อนั้น โมหะย่อมหมดสิ้นไป วิปัสสนาภาวนานี้แหละ คือปฏิบัติการเพื่อทำลายโมหะ และเพื่อการหยั่งรู้สภาวธรรมของเบญจขันธ์ตามความเป็นจริงได้

๒
วิปัสสนา

คำว่า *วิปัสสนา* เป็นอีกชื่อหนึ่งของ “ความเห็นแจ้ง” หรือ “ความรู้แจ้ง” ความรับรู้ตามธรรมดา เช่น รู้จักกองแห่งขันธ์ในฐานะเป็นสัตว์ บุคคล บ้าน เรือน พื้นดิน ภูเขา ต้นไม้ เป็นต้น นี้เรียกว่า *ปัสสนา* อันเป็นความรู้เห็นตามธรรมดาสามัญ ส่วนญาณคือความรู้ที่สามารถมองเห็นอย่างลึกซึ้งในเบญจขันธ์โดยอาการที่เป็นนามรูป อันประกอบด้วยสามัญลักษณะทั้งหลาย มีอนิจจลักษณะเป็นอาทิ เป็นความรู้ที่ประเสริฐเลิศเลอยิ่งกว่าความเห็นตามธรรมดา เหตุนั้นจึงได้ชื่อว่า *วิปัสสนา* กล่าวอีกนัยหนึ่ง ญาณที่รู้แจ้งแทงตลอดในสรรพสิ่งซึ่งปรากฏแก่ชาวโลกในฐานะเป็นสตรี บุรุษ สัตว์ บุคคล เป็นอาทิ โดยสภาวธรรมตามความเป็นจริง นี้แหละที่ได้ชื่อว่า *วิปัสสนา*

ขบวนการอันพึงปฏิบัติเพื่อกระทำวิปัสสนาญาณให้เกิดขึ้น เรียกว่า *วิปัสสนาภาวนา* ที่กล่าวว่า “พึงปฏิบัติ” นั้น ส่อความหมายถึงวิปัสสนาภาวนาว่า เป็นขบวนการที่ต้องลงมือทำเพื่อน้อมนำไปสู่ *วิปัสสนาญาณ* นั่นเอง คำว่า *โยคะ* ก็เป็นอีกศัพท์หนึ่งซึ่งถูกใช้ในความหมายว่า เป็นการเจริญภาวนา ดังนั้นผู้ที่เจริญภาวนาจึงมักถูกเรียกว่า *โยคี* บ้าง *โยคาวจร* บ้าง การเจริญภาวนาเป็นขบวนการที่ต่อเนื่องยาวนาน เช่นเดียวกับการศึกษาศิลปศาสตร์อย่างใดอย่างหนึ่งซึ่งผู้ศึกษาต้องเล่าเรียนไปทีละขั้นตอน จนกระทั่งเจนจบในสายวิชานั้นๆ แม้

การเจริญวิปัสสนาภาวนาก็เช่นเดียวกัน ผู้ปฏิบัติต้องฝึกฝนอบรมตนให้รุดหน้าไปตามลำดับบทเรียน หรือตามขั้นตอนของการปฏิบัติ การศึกษาหรือฝึกตนในการเจริญภาวนาเป็นเรื่องที่ต้องอุทิศเวลาให้ ดังนั้น สาธุชนผู้ปรารถนาความหลุดพ้นจากสังสารทุกข์ พึงหมั่นเพียรปฏิบัติ ไม่ทอดธุระเสียในระหว่าง และตั้งใจเจริญภาวนาตราบจนบรรลุความสำเร็จในที่สุดเถิด

คำแนะนำในการเจริญวิปัสสนา

ผู้มีความมุ่งมั่นเจริญภาวนาพึงจัดสรรเวลาเพื่อการนี้โดยเฉพาะ และพยายามเจริญภาวนาทุกวันตามเวลาที่ได้กำหนดไว้ ระยะเวลาไม่ควรน้อยกว่าครึ่งชั่วโมง ถ้าจะให้เห็นผลเร็วยิ่งขึ้น ควรใช้เวลาเจริญภาวนาราว ๑ หรือ ๒ ชั่วโมง ถ้านานๆทีค่อยภาวนาเสียสักครั้งหนึ่ง อย่างนี้เห็นทีคงไม่มีโอกาสประสบผลใดๆในชาตินี้เป็นแน่แท้

สถานที่ซึ่งเหมาะสมสำหรับการเจริญภาวนาควรเป็นที่เงียบสงบปราศจากผู้คน ถ้าไม่มีสถานที่เช่นนั้น ควรแสวงหาช่วงเวลาที่วิเวก ไม่มีเสียงรบกวนซึ่งกันและกัน เพื่อการปฏิบัติภาวนา

ผู้ที่อาศัยอยู่ในบ้านเรือนหรือวัดวาอาราม หากสามารถจัดสรรสถานที่เป็นสัดส่วนเพื่อการเจริญภาวนาได้ ก็ยิ่งเป็นการดี ถ้าไม่สามารถหาสถานที่เพื่อการนี้โดยเฉพาะ ก็ควรนั่งลง ณ ที่ใดที่หนึ่ง แล้วเจริญภาวนา พระวิหาร ลานโพธิ์ ลานเจดีย์ เหล่านี้ล้วนเป็นสถานที่เหมาะสมต่อการปฏิบัติภาวนาทั้งสิ้น

ควรรักษาสถานที่ปฏิบัติธรรมให้สะอาดอยู่เสมอ แม้ร่างกายและเครื่องนุ่งห่มของโยคาวจรก็ควรต้องสะอาดเช่นกัน เวลาที่จิตตั้งมั่นเป็นหนึ่ง อาจได้สัมผัสกับกลิ่นบางอย่าง ซึ่งในเวลาอื่นๆไม่อาจสัมผัสได้ ถ้าสถานที่ ร่างกาย และเครื่องนุ่งห่มไม่สะอาด เมื่อจิตดิ่งลง สู่สมาธิ กลิ่นที่ได้รับเหล่านั้นย่อมรบกวนโยคาวจรได้ จึงเป็นการดีที่จะจัดหาเครื่องหอมเอาไว้ในที่เจริญภาวนา เพราะความสกปรกเป็นเครื่องขัดขวางอย่างยิ่งต่อการพัฒนาทั้งสมาธิและปัญญา

นักปฏิบัติที่อาศัยอยู่ในชุมชนเมืองหรือหมู่บ้าน ควรฝึกฝนตนอย่างสงบ

เท่าที่เป็นไปได้ โดยไม่เปิดเผยตน ยิ่งถ้าสามารถเจริญภาวนาโดยมิให้ผู้อื่นรู้ว่าตนปฏิบัติอยู่ ณ ที่ใด หรือสำนักปฏิบัติในวัดใด นั่นยิ่งเป็นการดี การแสดงตนว่าเป็นนักปฏิบัติ มักมีส่วนขัดขวางการปฏิบัติของตน จึงไม่ควรเที่ยวพูดกับใครต่อใครเกี่ยวกับแนวทางปฏิบัติของตน ยกเว้นกับบุคคลซึ่งสามารถให้คำแนะนำในการปฏิบัตินั้นได้ หรือในระหว่างโยคาวจรเช่นเดียวกับตน

ควรพิจารณาให้เห็นว่า การเจริญภาวนาที่ตนเองกำลังปฏิบัติอยู่นั้น เป็นกิจกรรมที่สูงส่งยิ่งกว่าสิ่งอื่นใดที่กำลังกระทำอยู่ จึงควรสำรวมจิตฝึกฝนตนด้วยความเคารพโดยยิ่ง ด้วยความเอื้ออาทรโดยยิ่ง และด้วยศรัทธาตั้งมั่นโดยยิ่ง

ไม่พึงปฏิบัติด้วยเจตนาเพียงเพื่อทดลองหาประสบการณ์ เพื่อสั่งสมบุญกุศล หรือเพื่อให้เกิดความคุ้นเคยระหว่างเวียนว่ายอยู่ในสังสารวัฏ แต่พึงตั้งใจเจริญภาวนาด้วยความมุ่งมั่นว่า “ข้าพเจ้าจักต้องบรรลุมรรคผลในวันนี้เลยทีเดียว” ผู้ที่ปฏิบัติโดยปราศจากความมุ่งมั่นเพื่อบรรลุผลในวันนี้ให้จงได้นั้น มักขาดแรงจูงใจ ผลที่ได้รับมักจะลดน้อยลงตามไปด้วย

วันพระเป็นวันที่เหมาะสมต่อการเจริญภาวนาเป็นพิเศษมากกว่าวันอื่นใด ถ้าพูดถึงช่วงเวลาแล้ว เวลาภาคสุดท้ายของปัจฉิมยามแห่งรัตติกาล คือเริ่มจากตี ๔ ถึง ๖ โมงเช้า หรือเวลาเย็นย่ำประมาณ ๑ ชั่วโมง เริ่มแต่ยามอาทิตย์อัสดง นับเป็นเวลาดีที่สุดสำหรับการปฏิบัติจิตตภาวนา อย่างไรก็ตามถ้าสามารถปฏิบัติได้ไม่ว่าในเวลาใด เวลานั้นล้วนสมควรต่อการปฏิบัติทั้งสิ้น

โยคาวจรพึงรักษาสุขภาพกายและใจให้แข็งแรงอยู่เสมอ ความอ่อนแอทั้งทางกายและใจอาจเป็นอุปสรรคต่อพัฒนาการของสมาธิและปัญญาได้ ความรู้สึกที่รุนแรง เช่น ความโลภ ความโกรธ ความริษยา ความเศร้าโศก ความกลัว ความสงสัย ความรู้สึกผิด เป็นต้น อาจเป็นเหตุแห่งความอ่อนแอได้ จึงควรระมัดระวังไม่ให้ความรู้สึกเช่นนั้นเกิดขึ้น หรือถ้าเกิดขึ้นแล้ว พึงสังวรระวังรักษาจิตให้ความรู้สึกเหล่านั้นหมดสิ้นไปโดยเร็ว

ไม่ควรคิดลำพองใจว่า “ข้าพเจ้าเป็นโยคาวจรผู้ปฏิบัติธรรม คนอื่นๆล้วนเป็นบุคคลว่างเปล่า” ดังนี้ ไม่ควรเป็นผู้เย่อหยิ่งยกตน แต่ควรเป็นอยู่ด้วย

ไมตรีจิตและความเอื้ออาทรต่อทุกๆคน

โดยทั่วไปแล้ว เราสามารถเจริญภาวนาได้ในอิริยาบถทั้ง ๔ แต่อิริยาบถนั่งค่อนข้างมีความเหมาะสมเป็นพิเศษสำหรับการปฏิบัติ ลักษณะท่านั่งเจริญภาวนาที่ดีที่สุด คือ นั่งขัดสมาธิตัวตั้งตรง ไม่เอนหลังพิงกับสิ่งใด ทั้งไม่คู้ก้มไปข้างหน้าด้วย การนั่งอย่างนี้ในเบื้องแรกอาจรู้สึกไม่สะดวกอยู่บ้าง ครั้นฝึกฝนไปสักระยะหนึ่งจะรู้สึกว่า เป็นท่าที่สามารถเจริญภาวนาได้โดยง่าย สำหรับผู้ที่ไม่สะดวกต่อการนั่งในท่านี้ ควรนั่งปฏิบัติในท่าที่ตนเองถนัด ต่อไปจึงค่อยๆฝึกหัดนั่งในท่าขัดสมาธิ ส่วนท่าของสตรีนั้นมีผู้กล่าวว่า น่าจะสะดวกกว่าถ้านั่งในท่า "กึ่งขัดบัลลังก์" คือ นั่งพับเท้าทั้ง ๒ ไปทางด้านหลัง แต่ทั้งบุรุษและสตรีหากนั่งบนอาสนะ เป็นต้นว่า ม้านั่งหรือเก้าอี้ โดยให้เท้าทั้ง ๒ วางราบลงบนพื้น ย่อมเป็นการสะดวกต่อการปฏิบัติเช่นกัน ไม่ว่าใครก็ตาม หากนั่งในท่าใดแล้วทำให้เกิดทุกขเวทนา (รู้สึกเจ็บปวด) ท่านั่งนั้นย่อมไม่เหมาะสมสำหรับผู้นั้น จึงขอให้นั่งปฏิบัติในลักษณะที่สะดวกสำหรับตนเองเป็นหลัก

บางท่านเมื่อปฏิบัติธรรมไปได้สักระยะหนึ่ง จะรู้สึกตัวว่ามีสุขภาพดีขึ้นและห่างหายจากโรคภัย มีร่างกายสมบูรณ์ บางท่านร่างกายยังไม่คุ้นเคยกับการนั่งปฏิบัติ อาจเกิดโรคภัยเบียดเบียนบ้างก็ได้ ผู้ที่ปฏิบัติในแต่ละวันเพียงระยะเวลาสั้นๆ เช่น ๑ ชั่วโมง หรือครึ่งชั่วโมง อาจไม่มีปัญหาด้านสุขภาพมากนัก แต่ปัญหาจะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อผู้ปฏิบัติอยู่ในอิริยาบถเดียวเป็นเวลานานๆต่อเนื่องกัน เช่น ๒, ๓ หรือ ๔ ชั่วโมง เป็นต้น ทั้งการนั่งนานๆยังทำให้เกิดปัญหาท้องผูกด้วย ปัญหานี้อาจนำไปสู่โรคปวดศีรษะได้ ถ้าเป็นเช่นนั้นควรรับประทานอาหารที่ย่อยง่าย หรือแม้กระทั่งใช้ยาระบายอ่อนๆก็เป็นการสมควร

โยคาวจรควรระมัดระวังเรื่องเกี่ยวกับศีรษะเป็นพิเศษ ถ้าหากมีความรู้สึกไม่สบายที่เกี่ยวเนื่องด้วยศีรษะ เช่น มีอาการศีรษะทึบหนัก ปวดศีรษะ เป็นลมหน้ามืด เป็นต้น ควรพักการปฏิบัติจิตตภาวนาไว้ก่อนเป็นการชั่วคราว รอให้หายดีแล้ว จึงค่อยเริ่มปฏิบัติต่อไป บางครั้งผู้ปฏิบัติอาจได้รับทุกขเวทนาจากลมเสียดแทงในท้องหรือหน้าอก ถ้าหากมีอาการดังกล่าว ไม่จำเป็นต้องไปหาหมอให้ยุ่งยากแต่อย่างใด เพียงหยุดพักจากการเจริญภาวนาสัก ๒-๓ วัน

อาการเหล่านั้นก็จะหายไปเอง มีน้อยคนที่สามารถเจริญภาวนาอย่างต่อเนื่อง เป็นระยะเวลานานๆได้โดยไม่ต้องหยุดในระหว่าง ส่วนมากมักจำเป็นต้องหยุดปฏิบัติไปบ้าง เพราะมีปัญหาด้านสุขภาพ ถ้าไม่สบาย ควรหยุดพักการปฏิบัติจนกระทั่งหายจากอาการป่วยไข้ ถ้าหากไม่คำนึงถึงสุขภาพ แม้ป่วยอยู่ยังฝืนตนปฏิบัติต่อไปอย่างไม่หยุดยั้ง โรคอาจกำเริบมากขึ้น จนในที่สุด อาจถึงขั้นยากแก่การเยียวยาเลยทีเดียว

สมถภาวนามักมีส่วนทำให้เกิดโรคภัยได้มากกว่า แม้แต่อาการท้องร่วงก็เป็นโรคหนึ่งซึ่งอาจเกิดขึ้นกับโยคาวจรได้ เรื่องเหล่านี้มีความละเอียดอ่อนที่บางครั้งผู้ปฏิบัติเองไม่อาจเข้าใจ อนึ่ง ถ้าต้องปัสสาวะบ่อยๆ โยคาวจรควรสังเกตอาการนั้นให้ดี แล้วรีบรักษาให้หาย หากร่างกายยังมีโรคภัยอยู่ อย่าเพิ่งรีบร้อนเจริญภาวนา

อาการวิกลจริตกับการเจริญภาวนา

บางคนกลัวไปว่า การเจริญภาวนาจะทำให้เป็นบ้าได้ นี้เป็นความกลัวที่ไม่มีเหตุผลแต่อย่างใดเลย บรรดานักปฏิบัติที่เจริญภาวนาไปได้ระยะหนึ่งแล้วที่ปรากฏว่าเสียสติไปนั้น แท้จริงหาได้เป็นบ้าไปเพราะการเจริญภาวนาไม่ สิ่งที่เรียกว่าโรคบ้านั้น เมื่อเกิดขึ้นในบุคคลบางคน ย่อมมีอาการรุนแรงตั้งแต่แรกเริ่มเลยทีเดียว สำหรับบางคนมักค่อยเป็นค่อยไป และค่อยๆมีอาการรุนแรงยิ่งขึ้นอย่างช้าๆทีละเล็กทีละน้อย บางทีแม้เป็นโรคแล้ว แต่อาการยังไม่ค่อยปรากฏให้คนอื่นเห็นหรือเข้าใจได้ จนกว่าเวลาจะผ่านไปตั้งหลายปี จิตของผู้ป่วยด้วยโรควิกลจริตจะเริ่มเห็นผิดเพี้ยนไปด้วยประการต่างๆ บางคนเพี้ยนหนักไปทางเป็นนักวิชาการ เที่ยวบ้าแสวงหาความรู้ บางคนเพี้ยนหนักไปในทางการเมือง บางคนเพี้ยนหนักไปในทางศาสนา บางคนเพี้ยนหนักไปในทางฌานภาวนา บางคนเพี้ยนหนักไปในทางเข้าใจว่า ตนเองบรรลุเป็นพระอรหันต์ บางคนเพี้ยนหนักไปด้วยเรื่องนั้นเรื่องนี้ ล้วนแล้วแต่แตกต่างกันไป

ผู้ป่วยด้วยโรควิกลจริตซึ่งเพี้ยนหนักไปทางด้านวิชาการ มักคลั่งไคล้การ

อ่านหนังสือ ชอบเที่ยวพูดพร่ำในเรื่องศิลปศาสตร์ต่างๆ และแสดงตนว่าเป็นนักวิชาการผู้ยิ่งใหญ่ เมื่อแรกเริ่มมีอาการนั้น ใครๆยังไม่อาจรู้ว่า นี้เป็นโรคบ้าชนิดหนึ่ง ถึงกับยอมรับว่า ผู้นั้นเป็นผู้คงแก่เรียนจริงๆ ครั้นอาการทางจิตปรากฏเด่นชัดมากขึ้นจนมองเห็นได้อย่างชัดเจน ผู้คนย่อมพากันคิดว่า เขาเป็นบ้าเพราะอ่านหนังสือและมีความรู้มาก (ความรู้มากจนถึงกับบ้า) แต่ความเป็นจริงคือ เขาเที่ยวแสดงตนเป็นนักวิชาการ เพราะเป็นบ้ามาแต่แรกแล้ว คนบ้าที่จิตวิปริตผิดเพี้ยนไปในทางฌานสมาบัติ ต้องการแสดงอิทธิฤทธิ์ หรือหนักไปในทางเป็นพระโสดาบันตลอดจนเป็นพระอรหันต์ ถ้าหากได้มาเจริญภาวนาในฐานะเป็นโยคาวจร ในระยะเริ่มแรกทีเดียว อาจยังไม่มีใครรู้ว่า เขามีอาการผิดเพี้ยนทางจิตอยู่ ต่อเมื่อโรคกำเริบขึ้นจนคนอื่นๆสังเกตเห็นได้ ใครต่อใครคงพากันเข้าใจผิดไปว่า เขาเป็นบ้าจากการปฏิบัติจิตตภาวนา แต่ความเป็นจริง คือเขาเจริญภาวนาเพราะความที่เป็นบ้าอยู่ก่อนแล้วนั่นเอง

เรื่องที่โยคาวจรพึงระมัดระวัง

มนุษย์โดยทั่วไปซึ่งไม่มีความรู้ในธรรมทั้งหลาย มีเบญจขันธ์เป็นต้น ทั้งไม่เข้าใจลักษณะของธรรมเหล่านั้น มีอนิจจลักษณะเป็นอาทิ ย่อมมีความเห็นเกี่ยวกับโลกในรูปแบบหนึ่ง ส่วนโยคาวจรผู้มีความเข้าใจสามารถแยกแยะธรรมมีขันธ์ทั้งหลายเป็นต้น และรู้ซึ้งเกี่ยวกับอนิจจลักษณะเป็นอย่างดี ย่อมมองโลกในรูปแบบที่แตกต่างจากบุคคลทั่วไปอย่างสิ้นเชิง ด้วยเหตุนั้น ความคิดเห็นที่โยคาวจรแสดงออกเกี่ยวกับความเป็นไปในโลก จึงแตกต่างจากความคิดเห็นหรือความเข้าใจของสามัญชนเป็นอันมาก สิ่งที่ชาวบ้านโดยทั่วไปเห็นว่ามีค่าเป็นอย่างยิ่งนั้น บางทีสำหรับโยคาวจรกลับไม่มีราคาค่างวดแม้แต่สตางค์แดงเดียวก็เป็นได้

สิ่งที่ชาวโลกโดยทั่วไปถือว่าเป็นการกระทำอันสูงส่ง อาจปรากฏแก่โยคาวจรประหนึ่งว่า เป็นการกระทำที่เปล่าประโยชน์อย่างสิ้นเชิงก็เป็นได้ แม้สิ่งที่ปรากฏแก่โยคาวจรในฐานะเป็นความจริง (สัจธรรม) ถ้าหากโยคาวจรผู้ประจักษ์แจ้งในความจริงดังกล่าว อยู่ในท่ามกลางชาวบ้านธรรมดาๆ ซึ่งไม่รู้เรื่องราว

เกี่ยวกับความจริงนั้น หรือไม่ปฏิบัติตนตามความจริงนั้น แม้ท่านจะพยายามอธิบายให้บุคคลเหล่านั้นฟังถึงสัจธรรมที่ตนได้เห็นแล้วก็ดี หรือวางตนตรงตามสัจธรรม ขณะอยู่ในท่ามกลางหมู่มนุษย์เหล่านั้นก็ดี ผู้คนทั้งหลายคงคิดว่าโยคาวจรท่านนั้นวิกลจริตไปแล้ว ทั้งๆที่ท่านมิได้มีความวิปริตผิดปกติทางจิตแต่อย่างใดเลย

เพราะเหตุนั้น แม้ผู้ปฏิบัติธรรมจะมีความเข้าใจอะไรๆอยู่ก็ตาม ต้องไม่ลืมว่า ในขณะสนทนาหรือปฏิบัติตนต่อบุคคลอื่นๆ จำต้องพูดหรือกระทำกิริยาอาการตามวิสัยของชาวโลกโดยทั่วไป ถ้าครองเรือนอยู่ตามปกติ แต่ไม่วางตนตามรูปแบบที่ควรเป็น ให้สอดคล้องกันกับความเข้าใจของชาวบ้าน พวกเขาเหล่านั้นย่อมสำคัญผิดว่าโยคาวจรนั้นเสียสติไปแล้ว (แม้ว่าจะไม่ได้วิกลจริตเลยก็ตาม) นักปฏิบัติธรรมควรระมัดระวังในการวางตนอยู่เสมอ ทั้งควรสังวรระวังการแสดงความคิดเห็นของตนซึ่งแตกต่างจากคนอื่นๆด้วย

การเห็นนิมิตแปลกๆ

หลังจากการปฏิบัติผ่านไปได้สัก ๒-๓ เดือน ในระหว่างที่กำลังเจริญภาวนาอยู่นั้นเอง นักปฏิบัติบางคนอาจเห็นนิมิตในรูปแบบต่างๆ เป็นราวกับบุคคลมีชีวิตเลือดเนื้อจริงๆมาปรากฏ ทั้งนี้ อาจเป็นด้วยอำนาจแห่งราคะ หรือด้วยอำนาจแห่งความหวาดกลัว หรือด้วยอำนาจแห่งความหลงก็เป็นได้ นิมิตที่เห็นนั้นหาใช่ความจริงไม่ ดังนั้น อย่าได้หลงไปกับสิ่งที่เห็นเป็นอันขาด แม้ได้เห็นสิ่งที่น่าสะพรึงกลัว ก็ควรระงับความรู้สึกหวาดกลัวเสีย ด้วยการทำความเข้าใจว่า แท้ที่จริงแล้ว สิ่งนั้นๆหาได้มีอยู่โดยความเป็นจริงไม่ แม้ว่าจะมีนิมิตใดปรากฏขึ้นก็ตาม นักปฏิบัติไม่พึงใส่ใจในนิมิตนั้น นอกจากเจริญภาวนาต่อไปเรื่อยๆ ถ้ามัวแต่สนใจสิ่งต่างๆที่ได้พบเห็น ก็จะพบเห็นสิ่งเหล่านั้นเรื่อยไปไม่หยุดหย่อน ข้อนี้นับว่าเป็นอันตรายต่อการปฏิบัติโดยแท้ บางทีนิมิตที่เห็นเป็นเทวดาหรือมนุษย์ ถึงกับพูดจาปราศรัยได้ด้วย ขออย่าได้ถือเอาสิ่งเหล่านั้นเป็นสาระเป็นอันขาด

บางทีนิมิตที่เห็นอาจทำนายทายทักอนาคตได้ ทั้งเป็นไปได้ที่จะเป็นจริงตามคำทำนายนั้นด้วย บางทีบุคคลในนิมิตอาจให้คำแนะนำบางอย่างแก่โยคาวจร แต่นักปฏิบัติต้องตระหนักไว้ให้จงดีว่า ถ้าขืนเชื่อฟังและกระทำตามคำแนะนำนั้นไซร้ นอกจากจะนำทุกข์โทษมาให้แล้ว หาก่อเกิดประโยชน์โสตถิผลอันใดไม่ นอกจากนั้น อย่าได้หลงเข้าใจผิดไปเป็นอันขาดว่า นั่นเป็นเทวดาที่เข้ามาหาตน เหตุเพราะการเจริญภาวนาของตนได้ก้าวหน้าไปในระดับสูงแล้ว หรือเพราะตนเองเป็นผู้ทรงคุณธรรมอันประเสริฐ การเห็นนิมิตก็ดี ได้ยินเสียงก็ดี เหล่านี้ล้วนเหมือนกับความฝันที่ปรากฏขึ้นทั้งๆที่ยังลืมตาตื่นอยู่ รูปนิมิตที่ปรากฏเพราะลมกำเริบมักมีสีดำ รูปนิมิตที่ปรากฏเพราะดีกำเริบมักมีสีทองและมีแสงเป็นประกาย รูปนิมิตที่ปรากฏเพราะเสมหะกำเริบมักมีสีขาว มีนักปฏิบัติบางคนถึงกับพบเห็นภูตผีเข้าจริงๆ แม้พบเห็นเช่นนั้นก็ยังยากจะยืนยันได้ว่า เป็นภูตผีมาปรากฏจริงๆ หรือสักแต่ว่าตาฝาดไป ด้วยเหตุนั้น ไม่ว่าจะมีปรากฏการณ์แปลกๆอะไรเกิดขึ้น หากไม่ยึดถือเอามาเป็นสาระแก่นสาร นั่นจึงเป็นท่าทีที่เอื้ออำนวยต่อสิ่งดีงาม และความก้าวหน้าสำหรับโยคาวจรโดยแท้

ภูตผีมีทั้งประเภทที่เกื้อกูลและขัดขวางต่อการปฏิบัติธรรม โยคาวจรบางคนได้รับการอนุเคราะห์เกื้อกูลจากภูตผีที่มีจิตเมตตา บางคนได้รับความเดือดร้อนจากภูตผีที่ก่อเรื่องรังควาน มีบางคนที่พบเห็นทั้ง ๒ ประเภท บางคนก็ไม่ประสบพบเห็นภูตผีเลย ผู้ปฏิบัติธรรมพึงแผ่เมตตาและอุทิศส่วนบุญให้ภูตผีทั้งหลาย เพื่อป้องกันภูตผีเหล่านั้นมิให้มารบกวน และควรสาธยายธรรม (สวดมนต์) ตามควรแก่โอกาส เพื่อทำให้เทวดาเกิดความยินดีอนุโมทนา เมื่อโยคาวจรประสบกับเรื่องแปลกๆ เช่น เห็นแสงสว่าง เห็นนิมิต หรือพบเห็นภูตผี ไม่ควรเที่ยวนำไปบอกเล่าให้ใครต่อใครฟัง ยกเว้นบุคคลบางคน เช่น ครูบาอาจารย์ ซึ่งเมื่อเล่าให้ฟังแล้ว สามารถให้คำแนะนำที่เหมาะสมได้ หรือกับนักปฏิบัติด้วยกันเท่านั้น แม้นว่าไปเล่าให้คนที่ไม่สมควรได้รับฟัง อาจถูกตราหน้าว่า เสียสติหรือเป็นนักหลอกลวงก็เป็นได้ ข้อนี้อาจเป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติของตน จึงควรระมัดระวังเอาไว้บ้าง

การศึกษาแนวทางปฏิบัติจากครูบาอาจารย์ผู้มีความชำนาญ นับเป็นวิธี

การที่ดีที่สุด ถ้าไม่อาจแสวงหาผู้มีความสามารถเช่นนั้นได้ ควรศึกษาค้นคว้าจากตำรับตำรา แล้วลงมือปฏิบัติเอง ในกรณีเช่นนี้ควรใช้ความระมัดระวังเป็นพิเศษ นอกจากนั้น การคบหาสมาคมกับนักปฏิบัติอื่นๆ อาจทำให้ได้รับประโยชน์เป็นอย่างยิ่งเช่นกัน

การฝืนสังขารจนเกินประมาณ หรืออดหลับอดนอนมากเกินไป บางทีอาจทำให้สติฟั่นเฟือนได้ เพราะเหตุนั้น จึงควรใช้วิจารณญาณให้มากในการเจริญภาวนา ต่อเมื่อร่างกายและจิตใจคุ้นเคยกับการปฏิบัติแล้ว จะรู้สึกว่าการเจริญภาวนาเป็นสิ่งที่น่าเพลิดเพลินเป็นอย่างยิ่ง เมื่อฝึกฝนถึงขั้นนี้แล้ว ไม่ว่าจะใช้เวลาในการปฏิบัติยาวนานสักเพียงใด ย่อมไม่รู้สึกลำบากหรือเหน็ดเหนื่อยเลย ด้วยว่าการเจริญภาวนานั้นแหละ คือ ความสุขสำหรับโยคาวจร ตราบใดที่ยังไม่คุ้นเคยหรือไม่ชำนาญพอ ย่อมมีความรู้สึกว่า การปฏิบัติจิตตภาวนาเป็นเรื่องน่าอึดอัด หาใช่สิ่งที่น่ายินดีหรือน่าเพลิดเพลินไม่

เหตุขัดข้องอีกอย่างหนึ่งสำหรับนักปฏิบัติ คือ มีการงานที่ต้องดูแล หรือความรับผิดชอบที่ยังค้างคาอยู่ ถึงเวลาปฏิบัติจิตตภาวนา ใจของโยคาวจรมักแล่นไปสู่เรื่องเหล่านั้น นักปฏิบัติที่มีภาระเช่นนี้อยู่ จึงมักประสบกับความยากลำบากในการทำสมาธิ ดังนั้น นักปฏิบัติผู้ยินดีในการเจริญภาวนา จึงมักสละทรัพย์สมบัติและหลีกเร้นจากญาติมิตร ออกบวชเป็นบรรพชิต เพื่อเป็นอิสระจากข้อขัดข้องเหล่านั้นนั่นเอง แต่ใช่ว่าทุกคนจะสามารถสละทรัพย์หรือหลีกเร้นจากญาติมิตรไปได้ เพราะเหตุนั้น ผู้มีจิตศรัทธาปรารถนาการเจริญภาวนา แม้ยังเป็นคฤหัสถ์และมีภาระเหล่านั้นอยู่ พึงจัดสรรเรื่องราวของตนเองให้เหมาะควรเพื่อไม่ต้องเป็นกังวลในเวลาปฏิบัติธรรม ถ้าหากไม่สามารถทำเช่นนั้นได้ ควรวางจิตของตนให้พร้อมรับสภาพความเป็นจริง แล้วมุ่งมั่นปฏิบัติอย่างจริงจังเถิด

เมื่อได้พบอาจารย์บอกกรรมฐานแล้ว บุคคลผู้ประสงค์เรียนกรรมฐานพึงเข้าไปหาท่านในวันอันเป็นมงคล ถวายเครื่องสักการะและกราบแทบเท้าของท่านด้วยความเคารพ รับกรรมฐานจากท่านแล้ว จึงเริ่มต้นการปฏิบัติตามแนวทางที่ท่านได้กำหนดไว้

ส่วนผู้ที่ประสงค์เริ่มต้นฝึกปฏิบัติโดยไม่มีครูอาจารย์แนะนำ พึงศึกษากรรมวิธีเจริญภาวนาจากตำรับตำราให้เข้าใจ อาจเลือกเวลารุ่งอรุณในวันใดวันหนึ่ง หรือวันซึ่งเป็นมงคล หรือเวลาที่เหมาะสม แล้วน้อมตนเข้าไปยังพระพุทธปฏิมาหรือพระสถูป กระทำการบูชาด้วยเครื่องสักการะอันเหมาะควรแก่โอกาส เป็นต้นว่า ดอกไม้ ธูป เทียน อาหาร คิลานเภสัช (น้ำปานะ) กราบไหว้พระรัตนตรัยและอุทิศส่วนกุศลให้แก่เทวดา ถ้าผู้ปฏิบัติเป็นคฤหัสถ์ พึงสมาทานศีลอันควรแก่ภาวะของตน พร้อมด้วยไตรสรณาคมน์ จากนั้นนั่งลง ณ ที่นั้นนั่นเอง แล้วเจริญภาวนาเท่าที่เวลาจะอำนวยให้ได้ ถ้าโยคาวจรบวชเป็นบรรพชิตอยู่ ในเบื้องแรกพึงกระทำศีลให้บริสุทธิ์ด้วยการแสดงอาบัติ เป็นต้น แล้วจึงเริ่มต้นเจริญภาวนา ถ้าหากสามารถเริ่มปฏิบัติ ณ โบราณสถานอันศักดิ์สิทธิ์ เช่น สุวรรณมาลีเจดีย์*ได้ยิ่งเป็นการดี ในระยะเริ่มต้นจะเป็นการดียิ่งขึ้น ถ้าสามารถปฏิบัติในสถานที่เช่นนั้นสัก ๓ วัน หรือ ๑ สัปดาห์ติดต่อกัน

วิสุทธิ ๗

โยคาวจรพึงเจริญวิปัสสนาภาวนาเพื่อยังวิสุทธิ ๗ เหล่านี้ ให้เกิดมีขึ้นโดยลำดับ ได้แก่

๑. สีลวิสุทธิ
๒. จิตตวิสุทธิ
๓. ทิฏฐิวิสุทธิ
๔. กังขาวิตรณวิสุทธิ
๕. มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ
๖. ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ
๗. ญาณทัสสนวิสุทธิ

* เจดีย์ในเมืองอนุราธปุระ ซึ่งชาวศรีลังกาเชื่อกันว่า เป็นพุทธสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ที่สุดแห่งหนึ่ง - *ผู้แปล*

๓
สีลวิสุทธิ* จิตตวิสุทธิ**

สีลวิสุทธิ

บุคคลที่มีพฤติกรรมไม่สะอาด มักมีความหวาดระแวงและความหวาดกลัวอยู่เป็นนิตย์ว่า ตนอาจถูกผู้อื่นกล่าวโจทย์ กล่าวติเตียน หรือแก้แค้น อันเนื่องมาจากการกระทำของตนทั้งในอดีต หรือกำลังกระทำอยู่ในปัจจุบัน

แม้แต่จิตของตนเองก็อาจกล่าวโทษตนเองได้ว่า ตนได้เคยกระทำความผิดนี้ หรือกำลังกระทำความผิดนี้อยู่ ดังนี้ เป็นเหตุให้จิตของบุคคลผู้ไม่มีศีลอ่อนกำลัง บุคคลที่จิตมีกำลังอ่อนแอเช่นนั้น ไม่ว่าจะด้วยเหตุผลใดๆก็ตาม แม้เจริญภาวนาอยู่ ก็ไม่อาจพัฒนาสมาธิปัญญาให้เจริญก้าวหน้าด้วยดีได้ เหมือนปลูกพืชพันธุ์ลงบนพื้นดินที่แห้งแล้งไม่มีความอุดมสมบูรณ์ ด้วยเหตุนั้น โยคาวจรผู้มุ่งหวังเจริญสมาธิเพื่อบรรลุฌานสมาบัติก็ดี หรือเจริญวิปัสสนาภาวนาเพื่อบรรลุมรรคผลก็ดี พึงชำระศีลของตนให้บริสุทธิ์ก่อน ดุจชาวนาปรับปรุงพื้นดินให้ดีก่อนปลูกพืชพันธุ์ใดๆลงไป ถ้าเป็นคฤหัสถ์ พึงตั้งมั่นอยู่ในศีลอันเหมาะสมแก่เพศคฤหัสถ์ ถ้าเป็นบรรพชิต ก็พึงตั้งมั่นอยู่ในสิกขาบทตาม

....

* อันดับที่ ๑ ในวิสุทธิ ๗

** อันดับที่ ๒ ในวิสุทธิ ๗

ควรแก่เพศบรรพชิต ควรรักษาศีลให้บริสุทธิ์เพื่อหลีกเลี่ยงเหตุขัดข้องจากการล่วงละเมิดศีลหรือสิกขาบท ซึ่งทำให้ไม่อาจบรรลุธรรมได้

เดี๋ยวนี้หนังสือที่อธิบายแจกแจงเกี่ยวกับศีลหาอ่านได้โดยง่าย จึงไม่ต้องนำเรื่องศีลมาอธิบายไว้ในที่นี้ ศีลของปุถุชนมักไม่มั่นคง ย่อมสกปรกด่างพร้อยหรือแตกหักได้ ศีลจะมั่นคงแข็งแรง ก็ต่อเมื่อกิเลสซึ่งเป็นเหตุให้กระทำความผิดถึงขั้นละเมิดศีล ถูกทำลายลงโดยอาการที่จะไม่กำเริบขึ้นอีก ด้วยเหตุดังกล่าวจึงควรพยายามรักษาศีลให้บริสุทธิ์จนสุดความสามารถ พร้อมกับเจริญภาวนาไปในเวลาเดียวกันด้วย ไม่ควรทอดธุระในการปฏิบัติธรรมเพราะข้ออ้างข้างๆ คูๆว่า ถึงอย่างไรก็รักษาศีลให้บริสุทธิ์หมดจดไม่ได้อยู่ดี ด้วยว่ากิเลสย่อมถูกขัดเกลาให้เบาบางลงไปเรื่อยๆ ตามสัดส่วนของความเพียรในการปฏิบัติจิตตภาวนา และศีลย่อมค่อยๆบริสุทธิ์ไปในขณะเดียวกันด้วย การรักษาศีลให้บริสุทธิ์จะกลายเป็นเรื่องยาก ก็ต่อเมื่อเราย่อหย่อนในการเจริญภาวนาเท่านั้น

การเพิ่มพูนพลังแห่งความตั้งใจมั่น นับว่าเป็นประโยชน์เกื้อกูลสำหรับโยคาวจร ยิ่งสมาทานศีลหรือสมาทานธุดงค์ด้วยแล้ว ย่อมเป็นหนทางก่อเกิดพัฒนาการที่ดียิ่งขึ้นไปอีก นอกจากนั้น ยังมีวิธีการอื่นๆเป็นอันมากที่สามารถปฏิบัติได้ ดังการถือธุดงควัตรย่อมมีผลดี คือ ช่วยเสริมพลังอธิษฐานให้มั่นคงยิ่งขึ้นได้

จิตตวิสุทธิ

สภาวะแห่งรูปธรรมและนามธรรมเป็นสิ่งที่เข้าใจได้ยากเย็นยิ่งนัก เพราะปรากฏให้เห็นในฐานะเป็นสตรี บุรุษ สัตว์ บุคคล ตัวตน เป็นอาทิ ไม่ปรากฏในฐานะสัจธรรมตามความเป็นจริง เหตุเพราะถูกปกปิดไว้ด้วยอำนาจแห่งสันตติหรือความเกิดมีขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยนามรูปเหล่านั้นย่อมรวมกันเป็นหนึ่งเดียวด้วยอาการ ๔ *(ดู ฆนะ ๔ ประเภท)*

ลำพังความรู้ที่ได้รับจากการศึกษาตำรับตำราต่างๆ ย่อมไม่อาจเป็นประมาณ คือ ไม่เพียงพอต่อการทำลายกิเลส หรือบรรลุมรรคผลใดๆได้ ความ

รู้จากการอ่านตำราเป็นเพียงความรู้เชิงอนุมาน มิใช่ความรู้เชิงประจักษ์ (ตามความเป็นจริง) การบรรลุมรรคผลจำเป็นต้องอาศัยความรู้อันบริสุทธิ์ เป็นความรู้แจ้งอย่างชัดเจนประดุจการมองเห็นด้วยตา ทั้งประเสริฐเลิศเลอยิ่งกว่าความรู้ที่ได้จากการศึกษาเล่าเรียนมากนัก ความรู้เช่นนี้ย่อมบรรลุได้ด้วยการเจริญภาวนาเท่านั้น เมื่อบุคคลต้องการตัดสิ่งใดที่มีความแข็ง สิ่งแรกที่พึงกระทำ คือ เตรียมลับอาวุธหรืออุปกรณ์ให้คมพร้อมสรรพ ฉันใด บุคคลผู้ต้องการรู้แจ้งในธรรมชาติแห่งนามธรรมและรูปธรรม ซึ่งหยั่งรู้ได้ยากยิ่งนัก ในเบื้องแรกควรต้องตระเตรียมจิตของตนให้เหมาะสมก่อน จิตที่ได้รับการตระเตรียมเช่นนี้ ย่อมบริสุทธิ์หมดจดจากนิวรณธรรม ด้วยเหตุนั้น จึงได้ชื่อว่า จิตตวิสุทธิ

สิ่งที่พึงกระทำเพื่อบรรลุความบริสุทธิ์แห่งจิต คือ การเจริญสมาธิ จิตเป็นธรรมชาติที่ไม่ยอมหยุดนิ่งอยู่ในอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง ย่อมมีปกติโลดแล่นจากอารมณ์หนึ่งไปสู่อีกอารมณ์หนึ่ง บุคคลที่โดยสารอยู่ในรถซึ่งแล่นไปด้วยความเร็วสูง ย่อมไม่อาจมองเห็นสิ่งต่างๆทั้ง ๒ ฟากฝั่งเส้นทางได้อย่างถนัดตา จิตก็เป็นเช่นนั้น คือ เมื่อโลดแล่นฟุ้งซ่านไปในอารมณ์นั้นอารมณ์นี้ย่อมไม่อาจหยั่งรู้ธรรมใดๆตามความเป็นจริงได้ ในขณะเจริญวิปัสสนาโดยอาศัยนามรูปเป็นอารมณ์ มาตรว่าจิตไม่อาจหยุดอยู่กับธรรมเหล่านั้น แต่เที่ยวโลดแล่นไปโดยเร็วจากอารมณ์นี้สู่อารมณ์นั้น ไม่มีหยุดหย่อน เมื่อเป็นเช่นนี้ ย่อมไม่อาจหยั่งรู้ธรรมชาติแห่งสภาวธรรมอันเป็นปรมัตถ์เหล่านั้นได้ เมื่อไม่สามารถหยุดอยู่ในอารมณ์ดังกล่าว วิปัสสนาญาณย่อมไม่อาจเจริญขึ้นโดยเร็วได้ ด้วยเหตุนั้น เพื่อความเจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็วแห่งวิปัสสนาญาณ ในเบื้องต้นพึงเจริญสมาธิภาวนาเพื่อจัดเตรียมจิตของตนให้เรียบร้อยเสียก่อน

เมื่อหมั่นเพียรปฏิบัติด้วยสติตั้งมั่น จิตย่อมมีความเข้มแข็งเพิ่มขึ้นเรื่อยๆทีละน้อย จนสามารถดำรงอยู่ในอารมณ์เพียงหนึ่งเดียวได้ ความสามารถของจิตเช่นนี้ เรียกชื่อว่า *สมาธิ* เมื่อพัฒนาสมาธิให้เจริญยิ่งขึ้นแล้ว ย่อมสามารถดำรงจิตอยู่ในอารมณ์เดียวกันนั้นตลอดเวลาต่อเนื่องยาวนานได้ตามความต้องการ โดยที่จิตไม่แส่ส่ายไปสู่อารมณ์อื่นใดเลย สมาธิในระดับนี้มีชื่อเรียกว่า *ฌาน*

โยคาวจรบางท่านเจริญวิปัสสนาเพียงอย่างเดียว ก็สามารถบรรลุมรรคผลได้โดยไม่ฝึกสมาธิมาก่อนในเบื้องต้น เพราะเหตุนั้น ผู้ที่ไม่ประสงค์อบรมตนในด้านสมาธิภาวนา มุ่งปฏิบัติวิปัสสนาล้วนๆเพียงอย่างเดียว ย่อมสามารถทำเช่นนั้นได้ ในบรรดานักปฏิบัติวิปัสสนาซึ่งเริ่มต้นมาจากการเจริญสมาธิ มีบางท่านที่เริ่มทำวิปัสสนาภาวนา หลังจากได้บรรลุฌานสมาบัติแล้ว บางคนเจริญสมาธิภาวนาไปได้ระยะหนึ่ง บรรลุเพียงกามาวจรสมาธิแล้ว จึงเริ่มเจริญวิปัสสนาต่อไป บางคนปฏิบัติทั้ง ๒ อย่าง (สมาธิและวิปัสสนา) ไปพร้อมๆกันเลยทีเดียว แนวทางการปฏิบัติหลากหลายที่กล่าวมานี้ ข้อที่เจริญสมาธิจนได้ฌานสมาบัติก่อน แล้วจึงเริ่มปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้น นับว่าไม่ค่อยเหมาะสมนักในด้านกาลเวลา เพราะการปฏิบัติเช่นนี้ ในที่สุดแล้ว อาจไม่เหลือเวลาสำหรับการเจริญวิปัสสนาเลยก็เป็นได้

การเจริญสมาธิให้ได้ในระดับหนึ่งแล้ว จากนั้นจึงเริ่มปฏิบัติวิปัสสนาหรือปฏิบัติทั้ง ๒ อย่างควบคู่กันไป หรือปฏิบัติเฉพาะวิปัสสนาภาวนาเพียงอย่างเดียว เหล่านี้นับว่าเป็นแนวทางปฏิบัติที่เหมาะสมในกาลบัดนี้ ตามความคิดเห็นของข้าพเจ้าแล้ว แนวทางปฏิบัติที่ดีที่สุด คือ ให้ฝึกฝนอบรมทางด้านสมาธิเสียก่อนใน ๒-๓ เดือนแรก จากนั้น จึงปฏิบัติทั้งสมาธิและวิปัสสนาไปพร้อมๆกัน ผู้อ่านควรพิจารณาแนวทางที่เหมาะสมเฉพาะตน ในที่นี้จะอธิบายแนวทางเจริญสมาธิภาวนา เพื่อประโยชน์แก่ท่านผู้มีจิตศรัทธา แม้ยังอยู่ครองเรือนก็สามารถนำมาฝึกปฏิบัติได้โดยง่าย

พุทธานุสติภาวนา

ผู้เจริญพุทธานุสติภาวนาพึงอบรมตนด้วยความเคารพโดยยิ่ง ด้วยความศรัทธาโดยยิ่ง มุ่งมั่นตั้งจิตปรารถนาเพื่อบรรลุผลแม้ในวันนี้เลยทีเดียว ความเคารพนบนอบยิ่งน้อยลงเพียงใด ผลที่ได้รับย่อมด้อยลงไปตามสัดส่วน ควรเลือกเจริญพุทธานุสติภาวนาในสถานที่เงียบสงบ และในเวลาที่ปลอดโปร่ง พึงนั่งขัดสมาธิ ตั้งกายให้ตรง วางมือซ้ายลงบนตัก แล้ววางมือขวาทับซ้อนลงไปบนมือซ้าย

ให้ปลายนิ้วหัวแม่มือทั้ง ๒ จรดกัน ถ้าเป็นสถานที่มืดยิ่งเป็นการดี สำหรับเวลาเหมาะสมที่สุด ควรเป็นราว ๑ ทุ่ม เมื่อนั่งเรียบร้อยแล้วให้หลับตาลง

ลำดับนั้น พึงให้โอวาทตักเตือนตนเองด้วยถ้อยคำข้างล่างนี้ ขอให้เติมชื่อของตนเองลงไปในช่องว่าง ซึ่งอยู่ข้างต้นของโอวาทเพื่อตนเองเหล่านั้น

๑. ..... เอย ขอเธอจงรีบเร่งเจริญภาวนา ก่อนที่ความชรา ความเจ็บไข้ และความตายจะมาถึง เธอจงรีบทำความเพียรเถิด

๒. ถ้าเธอหวั่นกลัวต่อความทุกข์อันยิ่งใหญ่ทั้งหลาย กล่าวคือ ความทุกข์เพราะชรา ความทุกข์เพราะโรคภัย ความทุกข์เพราะความตาย ความทุกข์ในอบาย และถ้าเธอปรารถนาล่วงพ้นจากความทุกข์เหล่านั้น เธอจงอดทนต่อความทุกข์เล็กๆน้อยๆ (จากการปฏิบัติ) ขอจงอดทนต่อความทุกข์เล็กๆน้อยๆ เถิด

๓. ..... เอย ถ้าหากเธอปรารถนาความสุขอันประเสริฐสุด เป็นความสุขซึ่งไม่เสื่อมสลาย อันได้แก่ความสุขในพระนิพพาน เธอจงสละความสุขเล็กๆน้อยๆเถิด จงสละความสุขเล็กๆน้อยๆเถิด

เมื่อได้ให้โอวาทแก่ตนเองเช่นนี้แล้ว ลำดับต่อไป จงเจริญเมตตาภาวนาดังนี้

ขอความปรารถนาของข้าพเจ้าจงสำเร็จ
ขอความดำริอันดีงามทั้งหลายทั้งปวงของทุกๆคน จงสัมฤทธิ์ผล
ขอสรรพสัตว์จงมีความสุขเถิด
ขอเทวดาผู้ให้อารักขาแก่เรา จงเป็นสุขเถิด
ขอเทวดาผู้อารักขาหมู่บ้าน (หรือเมือง) นี้ จงเป็นสุขเถิด

หลังจากให้โอวาทและแผ่เมตตาให้ตนเองแล้ว อันดับต่อไป พึงอธิษฐานจิตดังนี้

ขออินทรีย์ทั้งหลายของเรา คือ ตา หู จมูก ลิ้น และกาย จงสงบระงับเถิด ขออารมณ์อันไร้สาระมีรูปเป็นต้น จงอย่าได้บังเกิดแก่เรา ขอดวงจิตของเราอย่าได้ไปสู่สิ่งอื่นใด นอกจากยึดเอาพระพุทธเจ้าเป็นอารมณ์ ขอดวงจิตของ

เราจงตั้งมั่นอยู่ในพระพุทธเจ้าเป็นอารมณ์เท่านั้น

จากนั้น จงสร้างภาพพระพุทธองค์ขึ้นในดวงจิต ให้มองเห็นพระผู้มีพระภาคอย่างเด่นชัด ประทับนั่งบนบัลลังก์เพชร (วัชราสนะ) ในระยะห่างออกไปประมาณ ๕ ศอก (๒.๕ เมตร) นึกเพ่งมองรูปพระพุทธองค์ด้วยใจอันตั้งมั่นแน่วแน่แล้ว รำลึกในใจหรือเปล่งวาจา ดังต่อไปนี้

ข้าแต่พระพุทธองค์ผู้เจริญ! พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงเป็นที่พึ่งแก่ผู้ไร้ที่พึ่ง ทรงยิ่งด้วยพระมหากรุณาธิคุณ ทรงรู้แจ้งสรรพสิ่ง ข้าพระองค์ขอน้อมถวายอภิวาทแทบบาทมูล ด้วยความเคารพโดยยิ่ง ข้าแต่พระผู้มีพระภาคเจ้าผู้ทรงพระมหากรุณาธิคุณ! ข้าพระองค์เป็นสาวกของพระองค์ ข้าแต่พระผู้มีพระภาคเจ้าผู้เจริญ! ข้าพระองค์จักปฏิบัติตามมรรคาแห่งธรรมซึ่งพระองค์ทรงแสดงไว้แล้ว ข้าแต่พระผู้มีพระภาคเจ้าผู้เจริญ! ขอพระองค์ประทับ ณ เบื้องหน้า แลปรากฏอยู่ในห้วงหทัยของข้าพระองค์เป็นนิตย์เถิดพระเจ้าข้า

เมื่อได้ตั้งจิตหรือเปล่งวาจาเช่นนี้ ๓ ครั้งแล้ว จงสร้างมโนภาพทั้งๆที่หลับตาอยู่ว่า ตนได้นั่งอยู่ ณ เบื้องพักตร์ขององค์พระบรมศาสดา อย่าใส่ใจฟังเสียงใดๆที่อาจได้ยิน แม้ร่างกายจะรู้สึกเจ็บปวดเพียงใด ก็อย่าขยับตัวเคลื่อนไหว จงอดทน จงอดกลั้นด้วยความอุตสาหะต่อการรบกวนของแมลงวัน ยุง ความหนาวเย็น ความร้อน แม้ว่ายุงจะกัดและดูดกินเลือด ก็ปล่อยให้กัดไปเถิด อย่าได้ขยับเขยื้อนเลย เพราะการเขยื้อนเคลื่อนไหว จะเป็นอุปสรรคต่อมโนภาพ ซึ่งในระยะแรกๆ อาจไม่สามารถเห็นภาพพระพุทธองค์ทั้งพระวรกายปรากฏอย่างเด่นชัดนัก

ดังนั้น ขอจงสร้างมโนภาพให้เห็นพระวรกายของพระผู้มีพระภาคเป็นส่วนๆ อันประกอบขึ้นเป็นพระพุทธสรีระมีรัศมีแผ่ออกโดยรอบ จงเพ่งรำลึกถึงรัศมีของพระพุทธองค์เป็นวงกลม คือ เห็นพระพุทธองค์ประทับนั่งอยู่ ณ ศูนย์กลางแห่งรัศมีนั้น สำรวมจิตเพ่งให้เห็นฝ่าพระบาททั้ง ๒ พระชานุ (เข่า) ทั้ง ๒ พระชงฆ์ (แข้ง) ทั้ง ๒ พระบาททั้ง ๒ พระหัตถ์ทั้ง ๒ พระอุระ พระอุตราสงค์ (จีวร) พระศอ พระหนุกา (คาง) ริมพระโอษฐ์ทั้ง ๒ พระนาสิก พระเนตรทั้ง

๒ พระโขนง (คิ้ว) ทั้ง ๒ พระนลาฏ พระกรรณทั้ง ๒ พระอุณาโลม เหล่านี้ของพระพุทธองค์ทีละส่วนๆ จากฝ่าพระบาทขึ้นไปจนถึงพระนลาฏ จากพระนลาฏลงไปจนถึงฝ่าพระบาท ขอจงเจริญภาวนาด้วยอาการอย่างนี้อย่างน้อยครั้งละ ๑ ชั่วโมงเป็นอย่างน้อย ถ้าฝึกได้คราวละ ๒ หรือ ๓ ชั่วโมง จะเป็นการดียิ่งขึ้นไปอีก

พระอาจารย์ทั้งหลายกล่าวว่า การเจริญภาวนาเช่นนี้มีอุปมาประดุจไม้สีไฟ กล่าวคือ มนุษย์ในสมัยโบราณใช้ไม้ ๒ ชิ้นมาสีกันเพื่อให้เกิดไฟขึ้น การสีไม้เพื่อให้เกิดไฟนั้น เป็นสิ่งที่ต้องกระทำอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย ถ้าสีชิ้นไม้ไปพลาง หยุดไปพลาง ย่อมไม่มีทางให้เกิดไฟขึ้นได้เลย โดยนัยเดียวกัน นักปฏิบัติซึ่งเจริญพุทธานุสติภาวนาไปพลาง ขยับร่างกายไปพลางเพราะรู้สึกปวดแขนขาบ้าง รู้สึกคันยิบๆตามร่างกายบ้าง คอยไล่แมลงวันหรือยุงบ้าง หรือคอยแต่ส่งใจไปสู่อารมณ์อื่นๆบ้าง ย่อมไม่อาจสร้างจินตนาการจนมองเห็นภาพพระพุทธองค์ขึ้นในใจได้ ส่วนโยคาวจรผู้มีศรัทธาตั้งมั่น ไม่ว่าจะถูกบีบคั้นด้วยทุกขเวทนาสักเพียงใด ยังคงสู้อดทนเจริญภาวนาตามแนวทางที่กล่าวมาแล้วนั้น อาจสามารถมองเห็นภาพพระพุทธองค์ขึ้นในใจอย่างชัดเจน ประดุจมองดูด้วยตาเปล่าได้ภายในไม่กี่สัปดาห์ แต่ไม่ว่าจะประสบความยากลำบากสักปานใดหากได้เห็นภาพพระพุทธองค์อย่างชัดเจนเพียงครั้งหนึ่งแล้ว ในการฝึกครั้งต่อๆไป ย่อมสามารถเห็นได้อีกโดยไม่ยากเย็นเลย

โยคาวจรผู้บรรลุประสบการณ์ถึงขั้นนี้ ย่อมเกิดปีติอย่างใหญ่หลวง ราวกับร่างจะลอยขึ้นไปในอากาศ ทั้งศรัทธาและความเพียรจะเพิ่มทวียิ่งขึ้นด้วยเหตุนั้น การเจริญภาวนาดังกล่าวจึงเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่อนักปฏิบัติยิ่งนัก ผู้ที่ได้ "เห็น" พระพุทธเจ้าเช่นนี้ ย่อมเป็นประดุจได้เข้าเฝ้าเฉพาะเบื้องพักตร์พระบรมศาสดา จิตของเขาย่อมไม่อาจน้อมไปสู่ความชั่วใดๆได้ ทั้งไม่อาจเป็นผู้ประพฤติเนิ่นช้าในหน้าที่การงาน (คือ ย่อมเป็นผู้ตั้งใจปฏิบัติหน้าที่ให้ลุล่วงด้วยดี) แต่แนวทางการปฏิบัติที่กล่าวนี้ มิใช่วิธีปฏิบัติที่มาในคัมภีร์วิสุทธิมรรคแต่อย่างใด

พระมหาเถระผู้มีชื่อเสียงเลื่องลือนามว่า คันธายุง สยาดอว์ แห่งภูเขาสะคะยิน ซึ่งเป็นที่ตั้งของสำนักปฏิบัติสำหรับบรรดาโยคาวจรใกล้เมืองมัณฑเลย์ในประเทศพม่า มักสั่งสอนผู้คนที่ไปหาท่าน ให้ฝึกฝนการเจริญภาวนาตามนัยที่ได้อธิบายมานี้ ก่อนการปฏิบัติอย่างอื่นๆ

หลังจากเพียรปฏิบัติจนสามารถสร้างมโนภาพมองเห็นพระพุทธเจ้าได้เป็นอย่างดีแล้ว ควรเว้นจากการเพ่งเพื่อให้เห็นภาพพระพุทธองค์ แต่ให้เริ่มเจริญภาวนาถึงพระพุทธคุณแทน พึงศึกษาวิธีเจริญพระพุทธคุณ ๙ ประการ มีความเป็นพระอรหันต์ *(อรหํ)* เป็นอาทิ โดยเริ่มจากพระพุทธคุณข้อแรกก่อน กล่าวคือ พยายามรักษามโนภาพพระพุทธองค์ ซึ่งตนได้สร้างขึ้นมาตามนัยที่พรรณนาแล้วนั้น ให้คงไว้ดังเดิม มิให้เสื่อมหายไป เห็นพระพุทธองค์ประทับอยู่ ณ เบื้องหน้า ด้วยดวงใจอันตั้งมั่นของตน พลางน้อมจิตระลึกถึงประโยคทั้ง ๕ ซึ่งผู้ปฏิบัติควรท่องจำเอาไว้ ดังต่อไปนี้

๑. พระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเรานั้น ทรงเป็นผู้ไกลจากกิเลส
๒. ทรงดับกิเลสได้อย่างสิ้นเชิง
๓. ทรงยังกงล้อแห่งสังสารวัฏให้สงบระงับแล้ว
๔. ทรงเป็นผู้ควรแก่เครื่องสักการะซึ่งเทวดาและมนุษย์น้อมนำมาบูชา
๕. ทรงเป็นผู้ไม่กระทำบาปแม้ในที่ลับ

ทั้ง ๕ ข้อนี้ เป็นความหมายของคำว่า *อรหํ* ซึ่งมีปรากฏอยู่ในพระพุทธคุณ ๙ ประการ บางท่านใช้วิธีเจริญภาวนาด้วยการบริกรรมว่า *อรหํ อรหํ* ดังนี้ก็มี สำหรับท่านที่ ใช้บทภาวนาว่า *อรหํ* ในขณะบริกรรม ควรกำหนดรำลึกถึงความหมายทั้ง ๕ ประการ ที่กล่าวมาข้างต้นนั้นไปพร้อมกันด้วยเลยทีเดียว หรือกำหนดรำลึกได้เพียง ๑ หรือ ๒ ข้อ ก็ไม่เป็นไร แต่ไม่ว่าจะบริกรรมด้วย *อรหํ อรหํ* หรือแม้ใช้บทบริกรรมว่า *โส ภควา อรหํ* ก็ตามที ย่อมนับว่าเป็นสิ่งประเสริฐโดยแท้ สำหรับผู้ที่ไม่เข้าใจคำบาลี หากบริกรรมตามความหมายดังได้อธิบายมาแล้วนั้น การบริกรรมจะมีผลดีมากยิ่งขึ้น

พระตถาคตทรงบรรลุถึงที่สุดแห่งกรรม ทรงหลุดพ้นแล้วด้วยพระ

ปัญญาญาณ จากกรรมทั้งที่เป็นกุศลและอกุศลทั้งหลาย ทรงทำลายเสียแล้ว ซึ่งสภาวะอันเป็นเหตุให้เวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสาร ดังนั้น ในบททั้ง ๕ ข้อข้างต้นสำหรับการน้อมจิตเจริญภาวนา ความหมายในข้อ ๓ ที่ว่า ทรงยังกงล้อแห่งสังสารวัฏให้สงบระงับแล้วนั้น จึงบ่งชี้ถึงการหมดสิ้นไปแห่งกรรม ซึ่งเป็นปัจจัยให้เกิดใหม่แล้วๆเล่าๆในวัฏสงสารนั้นเอง

นี้แหละ คือ วิธีการเจริญพุทธานุสติภาวนา

๔
ทิฏฐิวิสุทธิ* (๑)

เมื่อได้ชำระจิตของตนด้วยการเจริญพุทธานุสติภาวนา หรือด้วยวิธีการอื่นใดแล้ว โยคาวจรพึงเริ่มปฏิบัติทิฏฐิวิสุทธิภาวนาเป็นลำดับต่อไป

ความเห็นว่ามีตัวตนทำให้เรามองเห็นนามรูป มิใช่สักแต่ว่าเป็นนามรูปตามสภาวธรรมที่เป็นจริง แต่กลับมองเห็นด้วยการทึกทักเอา หรือยึดถือเอาเองว่า เป็นตัวตนของเรา เป็นมารดา เป็นบิดา เป็นพี่น้องชาย เป็นพี่น้องหญิง เป็นบุตร เป็นธิดา เป็นญาติ เป็นศัตรู เป็นมิตร หรือเป็นสัตว์บุคคลอื่นๆเป็นอเนกประการ ความเห็นเช่นนี้มีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า *สักกายทิฏฐิ* ส่วนวิปัสสนาญาณ คือ ความเห็นแจ้งหรือความรู้แจ้งว่า นามธรรมและรูปธรรมเหล่านั้นมิใช่ตัวตน ทั้งมิใช่สัตว์บุคคลอื่นใดมีมารดาบิดาเป็นต้น แต่เป็นนามธรรมและรูปธรรมล้วนๆเท่านั้น ปัญญาญาณซึ่งได้ชื่อว่า *ทิฏฐิวิสุทธิ* ได้แก่ความหยั่งรู้อันบริสุทธิ์จากความเห็นผิดในเรื่องการมีตัวตน ตามนัยที่ได้กล่าวแล้ว พูดอย่างรวบรัด ทิฏฐิวิสุทธิได้แก่ปัญญาญาณอันบริสุทธิ์หมดจดนั่นเอง

ต้นเค้าของวิปัสสนา คือ ทิฏฐิวิสุทธิภาวนา การที่โยคาวจรใช้เวลาพากเพียรปฏิบัติ ก็เพื่อยังทิฏฐิวิสุทธิให้บังเกิดขึ้น บุคคลที่แตกฉานในตำราฝึกหัดอ่านเขียนเบื้องต้น ไม่ว่าจะใช้เวลาเรียนสักเพียงใดก็ตาม ย่อมสามารถ

....

* อันดับที่ ๓ ในวิสุทธิ ๗

อ่านหนังสือเล่มอื่นๆต่อไปได้โดยไม่ยากเย็นนัก ฉันใด โยคาวจรผู้สามารถยังทิฏฐิวิสุทธิให้เกิดมีขึ้นได้แล้ว ย่อมสามารถยังวิสุทธิอื่นๆที่เหลือให้เกิดขึ้นได้เช่นเดียวกัน ด้วยเหตุนั้น วิสุทธิที่ควรเจริญให้เกิดมีขึ้นด้วยดีเป็นอย่างยิ่ง จึงได้แก่ ทิฏฐิวิสุทธิ

ในขั้นนี้ ขออย่าได้ใจร้อนเร่งรีบเกินไปนัก นักปฏิบัติที่ยังมิได้กระทำทิฏฐิวิสุทธิให้เจริญด้วยดี หากรีบร้อนเร่งรุดไปเบื้องหน้า อาจทำให้แนวทางปฏิบัติสับสนวุ่นวายได้ วิธีฝึกปฏิบัติในเบื้องต้น อาจเริ่มด้วยการพิจารณานามรูปทั้งหลายที่เกิดร่วมกันเป็นร่างกายและจิตใจนี้ ซึ่งปรากฏประหนึ่งว่า เป็นตัวตนของเรา หรือเป็นบุคคลอื่นๆ เช่น มารดาบิดา เป็นอาทิ พึงพิจารณาแยกแยะออกเป็นส่วนๆ เหมือนแกะลอกกาบต้นกล้วยออกทีละชั้น วิเคราะห์ให้เห็นแจ้งด้วยปัญญาของตนเอง จนความรู้สึกมั่นหมายที่มีอยู่ก่อนว่า นี้เป็นตัวเรา เป็นมารดา บิดา พี่น้อง บุตร ภรรยา เป็นต้น ลดน้อยถอยกำลังลงไป เปลี่ยนเป็นความเห็นแจ้งว่า สิ่งเหล่านั้นมิใช่ตัวเรา มิใช่สัตว์บุคคลอื่นใด เช่น มารดาบิดาเป็นต้น จนกระทั่งสามารถรู้เห็นอย่างชัดเจนประดุจมองดูด้วยตาว่า นั้นเป็นเพียงกองแห่งนามรูป ดังนี้

ในขณะใด นามรูปปรากฏแก่ตนเองในฐานะเป็นเพียงนามรูป มิใช่ปรากฏขึ้นในฐานะเป็นสัตว์บุคคล ให้จิตเข้าไปยึดติดเป็นอารมณ์ และตามองเห็นในฐานะเป็นสัตว์บุคคล ในขณะนั้น สมควรกล่าวว่า ทิฏฐิวิสุทธิได้บังเกิดขึ้นแล้ว บางทีอาจเป็นไปได้ว่า โยคาวจรที่ฝึกฝนอบรมตนมาอย่างผิวเผิน เพียงแต่ได้ยินได้ฟังผู้อื่นพูดกันมา หรือได้อ่านตำรับตำรามาว่า นอกจากนามธรรมและรูปธรรมแล้ว หามีสัตว์บุคคลแต่อย่างใดไม่ หากตนเองยังมิได้บรรลุความเห็นแจ้งด้วยญาณใดๆเลย ได้แต่นึกเอาเองว่า สัตว์บุคคลมิได้มีอยู่จริง อาจเกิดความสำคัญผิดไปว่า ทิฏฐิวิสุทธิได้บังเกิดขึ้นแล้ว จึงขออย่าได้หลงเข้าใจผิดไปเช่นนั้นเป็นอันขาด

คนฆ่าวัวขายยังชีพเที่ยวหาซื้อวัว นำวัวนั้นไปยังโรงฆ่า ครั้นฆ่าวัวแล้วก็แล่เอาหนังออก หั่นเนื้อวัวเป็นชิ้นๆ เอาเนื้อกองไว้เพื่อชั่งขายให้แก่ลูกค้าที่ผ่าน

ไปมา ความคิดที่เกิดขึ้นในใจของพ่อค้าเนื้อวัว ในขณะที่กำลังแสวงหาซื้อวัว ขณะนำไปฆ่า หรือแม้ในขณะที่กำลังฆ่าวัวอยู่ ย่อมมีความสำคัญมั่นหมายว่า "เรากำลังหาซื้อวัว เรากำลังนำวัวไป เรากำลังฆ่าวัวอยู่" ดังนี้ ในขณะที่กำลังดำเนินการขายอยู่นั้น เขาย่อมสำคัญมั่นหมายแต่เพียงว่า "เรากำลังตัดชิ้นเนื้ออยู่ เรากำลังชั่งเนื้ออยู่ เรากำลังขายเนื้ออยู่" เท่านั้น หาได้คิดคำนึงไม่ว่า "เรากำลังตัดวัวอยู่ เรากำลังชั่งวัวอยู่ เรากำลังขายวัวอยู่" ดังนี้ ความสำคัญมั่นหมายว่า "นั่นเป็นวัว" ซึ่งเคยมีอยู่ก่อนตั้งแต่แรกนั้น บัดนี้ไม่มีเหลืออยู่แล้วแม้แต่น้อย ความคิดของเขาในเวลานี้ เป็นเพียงความสำคัญมั่นหมายว่า "นั่นเป็นชิ้นเนื้อ" ซึ่งเกิดขึ้นมาแทนที่ความสำคัญมั่นหมายเดิมว่า "นั่นเป็นวัว"

โยคาวจรก็เป็นเช่นเดียวกัน คือ ในขณะใด ความสำคัญมั่นหมายในสัตว์บุคคลที่มีอยู่แต่เดิมว่า "นั่นเป็นเรา เป็นมารดา บิดา พี่น้องชาย พี่น้องหญิง" ดังนี้เป็นต้น ได้สงบระงับหรือดับหายไปอย่างสิ้นเชิง ดุจความสำคัญมั่นหมายของคนฆ่าวัวว่า "นั่นเป็นวัว" ได้ดับหายไป และความสำคัญมั่นหมายของโยคาวจรว่า "นี่เป็นเพียงกองแห่งนามรูป" ได้บังเกิดขึ้นมาแทนความเข้าใจดั้งเดิมว่า "นี่เป็นเรา นี่เป็นมารดาบิดา" เป็นต้น ในทำนองเดียวกันกับความเข้าใจของคนฆ่าวัวขายเนื้อว่า "นี่เป็นเนื้อ" ได้เกิดขึ้นมาแทนความสำคัญมั่นหมายดั้งเดิมว่า "นี่เป็นวัว" ดังนี้ ถ้าเป็นเช่นนั้น ย่อมสมควรกล่าวได้ว่าทิฏฐิวิสุทธิได้บังเกิดขึ้นแล้วแก่โยคาวจรนั้น

ตรงนี้มีเรื่องหนึ่งที่สมควรนำมาพิจารณา นั่นก็คือ แม้ว่าโดยหลักปรมัตถธรรม สัตว์บุคคลที่เป็นตัวเรา เป็นพี่น้องชาย พี่น้องหญิง หรือเป็นบุคคลอื่นใดจะไม่มีอยู่จริง แต่โดยฐานะความเป็นสมมุติบัญญัติแล้ว หาสมควรปฏิเสธสิ่งเหล่านั้นโดยประการทั้งปวงไม่ เราไม่อาจดำรงอยู่ในโลกที่ตั้งอยู่ในสภาวะสมมุติและเป็นไปตามสมมุตินิยม โดยไม่ยอมรับความเป็นสมมุติเหล่านั้นได้ มาตรว่านักปฏิบัติธรรมจะปฏิเสธสภาวะสมมุติอย่างสิ้นเชิงแล้ว ย่อมคิด พูดสนทนา หรือกระทำการต่างๆ ตามสภาวะแห่งปรมัตถธรรมเท่านั้น เช่นนี้ คงไม่พ้นถูกบุคคลอื่นกล่าวหาว่าเป็นคนวิกลจริตอย่างแน่แท้ เหตุนั้น โยคาวจรพึงเข้าใจปรมัตถ์ในฐานะปรมัตถ์ และเข้าใจสมมุติบัญญัติในฐานะสมมุติบัญญัติเถิด พึง

วางตนให้เหมาะควรในโลกแห่งสมมุติ และปฏิบัติตนต่อผู้อื่นตามฐานะอันควรแก่สมมุตินิยมทั้งหลาย การปฏิบัติตนเช่นนี้ หาได้เป็นเรื่องเสียหายแก่ทิฏฐิวิสุทธิแต่อย่างใดไม่

บุคคลผู้ได้เคยศึกษาคัมภีร์อภิธัมมัตถสังคหะมาเป็นอย่างดี ย่อมสามารถยังทิฏฐิวิสุทธิให้เกิดขึ้นได้โดยง่าย แม้โดยที่สุดแล้ว ถ้ามีความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้งในธรรมทั้งหลาย กล่าวคือ ขันธ์ ๕ อายตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ และอินทรีย์ ๒๒ ก็ย่อมทำให้ทิฏฐิวิสุทธิเกิดมีขึ้นได้โดยง่ายเช่นกัน ผู้ที่ไม่มีความรู้ในธรรมเหล่านั้น พึงทำความเพียรเจริญภาวนาตามแนวทางที่จะได้อธิบายต่อไป และในขณะเดียวกันพึงศึกษาแยกแยะธรรมทั้งหลายมีขันธ์เป็นต้น ไปพร้อมๆกันด้วย

ปัญญามี ๒ ชนิด ได้แก่ ปัญญาที่ติดตัวมาแต่กำเนิด และปัญญาที่พัฒนาขึ้นด้วยขบวนการต่างๆ มีการศึกษาเล่าเรียน เป็นต้น ถ้ามีปัญญาทั้ง ๒ ชนิดนี้อยู่ในระดับหนึ่งแล้ว ย่อมสามารถทำให้วิปัสสนาญาณเกิดขึ้นได้โดยง่าย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง นักปฏิบัติธรรมมักเป็นผู้มีปัญญาติดตัวมาแต่กำเนิดอยู่ด้วยเป็นธรรมดา กล่าวคือ เป็นบุคคลประเภทติเหตุกะ หรือ ปฏิสนธิด้วยเหตุอันเป็นกุศลครบทั้ง ๓ ประการ หมายความว่า เป็นผู้มีบุญเกิดมาเฉลียวฉลาดนั่นเอง

ปัญญาเป็นสภาวะที่บริสุทธิ์อย่างหนึ่ง ความบริสุทธิ์นั้นสามารถจำแนกได้เป็นระดับหยาบ (ต่ำทราม) ระดับปานกลาง หรือระดับสูงสุด บุคคลที่มีปัญญาอยู่ในระดับสูงสุด และมีความบริสุทธิ์เป็นอย่างยิ่งนั้น แม้เจริญภาวนาเพียงเล็กน้อย ย่อมสามารถยังทิฏฐิวิสุทธิให้บังเกิดขึ้นได้ ส่วนผู้มีปัญญาทรามอาจต้องอาศัยวิธีการปฏิบัติอันเหมาะสม ในการพิจารณานามรูปอย่างพิสดาร ผู้มีปัญญาอยู่ในระดับปานกลาง ควรต้องใช้วิธีการเจริญภาวนาในระดับปานกลางให้เหมาะสมกัน เพราะเหตุที่เราไม่อาจแบ่งแยกประเภทบุคคลได้เอง ทั้งวิธีการปฏิบัติที่เขียนพรรณนาไว้ในที่นี้ ก็มุ่งให้เป็นประโยชน์ต่อบุคคลโดยทั่วไปด้วย จึงได้พยายามอธิบายการเจริญภาวนาสำหรับผู้ที่มีปัญญาในระดับปานกลางเป็นหลัก ซึ่งใช่ว่าจะไร้ประโยชน์สำหรับบุคคลอื่นๆเสียทีเดียว เหตุนั้น จึงขอให้ทุกท่านหมั่นฝึกฝนตนเองเถิด

การเจริญทิฏฐิวิสุทธิภาวนา หมายถึง การพิจารณาจำแนกมวลรวมแห่งนามรูป โดยวิเคราะห์สรีระมีวิญญาณครอง ซึ่งมีความยาวราว ๑ วานี้ อันชาวโลกยึดถือกันว่าเป็นสัตว์บุคคล แบ่งแยกออกเป็นส่วนๆในเชิงปรมัตถธรรม ใช้ปัญญาพิจารณาแต่ละส่วนเหล่านั้นอยู่เนืองๆ ให้เห็นธรรมชาติที่แท้จริง หรือธรรมชาติอันมีอยู่โดยปกติ อันได้แก่ สภาวะที่ว่างเปล่าปราศจากความเป็นสัตว์บุคคลนั่นเอง

คัมภีร์พระอภิธรรมพรรณนาการวิเคราะห์นามรูปไว้อย่างละเอียดพิสดารที่สุด เมื่อจำแนกออกไปอย่างละเอียดเห็นปานนั้น ย่อมบรรลุถึงองค์ธรรมซึ่งละเอียดอ่อนเป็นอย่างยิ่ง ดังนั้น จึงเป็นการยากยิ่งนักที่ปัญญาของโยคาวจรจะหยั่งถึงองค์ธรรมเหล่านั้นได้ ทรรศนะหรือความเห็นแจ้งอันบริสุทธิ์หมดจดเกี่ยวกับนามรูป เป็นสิ่งจำเป็นต่อการทำลายกิเลสและบรรลุมรรคผล แต่โดยที่นามรูปอันละเอียดอ่อนอย่างยิ่งเหล่านั้น มักอยู่นอกเหนือขอบข่ายแห่งความรู้ยากต่อการหยั่งเห็น บุคคลอาศัยเพียงแนวทางพระอภิธรรมจำแนกแยกแยะองค์ธรรม จึงไม่อาจยังทรรศนะอันบริสุทธิ์หมดจดให้เกิดขึ้น จนสามารถมองเห็นองค์ธรรมอย่างชัดเจนดุจมองดูด้วยตาได้

ทรรศนะอันบริสุทธิ์ยังไม่เกิดขึ้นตราบใด ความสำคัญมั่นหมายว่ามีสัตว์บุคคลอยู่ ย่อมไม่อาจหมดสิ้นไปได้ ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา จึงควรใช้แนวทางวิเคราะห์ปรมัตถธรรมที่แสดงไว้ในพระสุตตันตปิฎก (พระสูตร) ก่อน ซึ่งไม่พิสดารมากจนเกินไป ทั้งไม่ละเอียดอ่อนจนเกินไปด้วย วิธีปฏิบัติที่เขียนอธิบายไว้ในที่นี้ เป็นแนวทางในพระสูตร มิใช่พระอภิธรรม สาธุชนผู้แตกฉานในพระอภิธรรมอาจมีความข้องใจว่า วิธีการจำแนกองค์ธรรมที่แสดงไว้นี้ ดูแตกต่างไปจากวิธีการที่ตนได้ศึกษาเล่าเรียนมา แต่ขอจงอย่าเพิ่งคิดสับสนวุ่นวายใจ หรือตั้งแง่สงสัยไปก่อนเลย ควรลองเจริญทิฏฐิวิสุทธิภาวนาตามแนวทางที่ได้พรรณนาไว้นี้เถิด

ครั้นพอกล่าวว่า การเจริญทิฏฐิวิสุทธิภาวนาควรใช้แนวทางในพระสูตร ปัญหาย่อมเกิดขึ้นได้ว่า "ถ้าเช่นนั้น เราจะเรียนพระอภิธรรมเพื่ออะไรกัน? การ

เรียนนั้นจะไม่เปล่าประโยชน์หรือ?” ดังนี้ เป็นธรรมดาที่ผู้มีความรู้แตกฉานในการวิเคราะห์นามรูปอย่างพิสดาร ย่อมสามารถเข้าใจได้โดยง่ายถึงระบบการวิเคราะห์ที่ค่อนข้างสังเขปรวบรัด เหตุนั้น ความรู้ทางด้านพระอภิธรรม ถึงอย่างไรย่อมเป็นประโยชน์เป็นอันมากในการปฏิบัติวิปัสสนาอยู่นั่นเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง จะเป็นประโยชน์ในตอนที่ว่าด้วยเรื่องกังขาวิตรณวิสุทธิ ซึ่งจะอธิบายต่อไปในเบื้องหน้า

นามธรรมและรูปธรรม

สิ่งที่เราเรียกว่าสัตว์บุคคลนั้น ครั้นแยกแยะออกอย่างรวบรัด ย่อมมีเพียงนามธรรมและรูปธรรมเท่านั้น ซึ่งผันแปรเปลี่ยนไปด้วยประการต่างๆอยู่ตลอดเวลา เมื่อยามที่ยังเยาว์วัยอยู่ ย่อมเป็นเด็กน้อยที่ใครๆรักเอ็นดู ครั้นเติบใหญ่ร่างกายสูงขึ้นราวๆ ๑ วา กลับดูผิดแปลกออกไป อยู่ไปๆ ย่อมเกิดรอยเหี่ยวย่น หลังโกง ไม่เป็นที่น่ารักอีกต่อไปสำหรับใครหลายคน เมื่อกาลเวลาผ่านไป วันหนึ่งพลันกลับกลายเป็นซากศพที่น่ารังเกียจขยะแขยง จนไม่อาจทนดูได้ อย่าว่าแต่จะเก็บเอาไว้ในเรือนเลย แม้จะเอาไว้ในหมู่บ้าน ยังเอาไว้ไม่ได้ เมื่อปล่อยทิ้งเอาไว้ ก็กลายเป็นซากกองกระดูก ด้วยเหตุนั้น ภาคส่วนอันเป็นธรรมชาติซึ่งแปรเปลี่ยนไปจากสภาวะที่มีอยู่แต่เดิม และกลับกลายเป็นอื่นอยู่ตลอดเวลา จึงได้ชื่อว่า *รูป* คำว่า รูป มีความหมายว่า สิ่งที่ละทิ้งสภาวะดั้งเดิมแล้ว เข้าสู่สภาวะอื่นๆอยู่เป็นนิตย์ แม้บรรดาวัตถุต่างๆในภายนอก ก็จัดรวมอยู่ในประเภทเดียวกันนี้ด้วย

มวลรวมของรูปธรรมที่เรียกว่า “สรีระ” นี้ มีการตั้งชื่อกันต่างๆ เรียกแยกเป็นรายบุคคล เช่น เจมส์ แคโรลิส หรือจอห์น เป็นต้น ประโยคบาลีที่มักยกมาอ้างกันว่า *รูปํ ชีรติ นามโคตฺตํ น ชีรติ* นั้น คำว่า *นาม* (อ่าน นามะ) หมายถึงชื่อที่ตั้งเรียกกันนี้นั่นเอง จึงสมควรกำหนดจดจำไว้ด้วยว่า ในเวลาที่พูดถึงปรมัตถธรรม คำว่า *นาม* มิได้หมายถึงชื่อเหล่านั้นแต่อย่างใด ส่วนสรีระนั้นเล่า จริงๆแล้วย่อมเป็นสิ่งที่กองทิ้งอยู่ที่ไหน ก็ตั้งอยู่อย่างนั้น ไม่สามารถไหวติง

หรือกระทำการใดๆด้วยตัวเองได้ ทั้งไม่อาจมีความรู้สึกรู้สาใดๆ เป็นเสมือนไม้ท่อนหนึ่งเท่านั้น แต่ในสรีระนี้มีสิ่งที่เรียกว่า "วิญญาณ" อยู่ อาศัยพลังของวิญญาณนั้น และโดยการขับเคลื่อนของวิญญาณนั้น สรีระร่างกายย่อมกระทำการต่างๆ มีการเดินเหินเป็นต้นได้ เหมือนรถที่แล่นไปมาได้ด้วยพลังขับเคลื่อนของเครื่องยนต์ ปุถุชนผู้ที่ยังมืดบอดอยู่ ไม่รู้ความเป็นไปที่เกิดขึ้นนั้น ย่อมเที่ยวพูดไปด้วยความหลงผิดว่า "ข้าพเจ้าเดินไป" ดังนี้

ว่าโดยหลักปรมัตถธรรมแล้ว สิ่งที่เรียกว่านามธรรมนั้น หมายถึง วิญญาณอันเป็นไปกับด้วยบรรดาเจตสิกซึ่งเป็นสัมปยุตธรรม หรือเกิดประกอบร่วมกันกับจิต คำว่า วิญญาณ ได้แก่ ความรู้ วิญญาณย่อมเกิดขึ้นต่อเนื่องกันโดยอิงอาศัยอารมณ์ อันเป็นสิ่งที่ตนเข้าไปรับรู้นั้นเอง เพราะเหตุนั้น ธรรมชาติของวิญญาณดังที่เป็นไปอยู่นั้น จึงประหนึ่งว่า มีปกติน้อมไปยังสถานที่ซึ่งอารมณ์ตั้งอยู่ ด้วยความที่เป็นธรรมชาติโน้มเอียงไปสู่อารมณ์เช่นนี้เอง วิญญาณอันเป็นไปกับด้วยสัมปยุตธรรม จึงได้ชื่อว่า "นาม" ส่วนธรรมอีกประเภท อันเป็น ๑ ในปรมัตถธรรมทั้ง ๔ คือ พระนิพพาน เป็นสภาวะที่ละเอียดอ่อนอย่างยิ่ง ซึ่งแตกต่างไปจากนามรูปทั้ง ๒ อย่างสิ้นเชิง แต่ถ้าจำต้องเปรียบเทียบจัดประเภทแล้ว จะเปรียบได้แม้เพียงเศษเสี้ยวก็เฉพาะแต่ส่วนที่เป็นนามธรรมเท่านั้น เหตุนั้น เมื่อพูดถึงปรมัตถธรรม จึงจัดพระนิพพานเข้าเป็นประเภทนามธรรมด้วย

ว่าโดยสมมุติของชาวโลก บรรดามนุษย์และสรรพสิ่งทั้งหลายล้วนมีการตั้งชื่อเรียกขานกันทั้งสิ้น นั่นคือ "นาม" ซึ่งเป็นชื่อเรียก แต่ในแง่ของปรมัตถธรรมแล้ว ธรรมทั้งหลายกล่าวคือ จิต ๘๙ ดวง เจตสิก ๕๒ ดวง และพระนิพพาน ย่อมได้ชื่อว่า นาม เมื่อพูดถึงวิปัสสนาภาวนา นามธรรมที่ควรน้อมนำมาใช้ในการปฏิบัติวิปัสสนา ย่อมได้แก่ โลกียจิต ๘๑ ดวง และเจตสิก ๕๒ ดวง ส่วนโลกุตตรธรรมไม่ใช้ในการเจริญวิปัสสนาในขั้นนี้ก่อน จึงควรกำหนดหมายการจำแนกธรรมในทำนองนี้ไว้ให้ดี

นับแต่นี้ไป จะแสดงแนวทางแห่งทิฏฐิวิสุทธิภาวนา ตามนัยแห่งพระพุทธดำรัสในธาตุวิภังคสูตรว่า *ฉฬฺธาตุโรยํ ภิกฺขุ ปุริโส* ดังนี้ อันมีความหมายว่า สัตว์บุคคลนั้นไซร้ ได้แก่ กองแห่งธาตุทั้งหลาย ๖ ประการ

ธาตุทั้ง ๖ คือ ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ อากาศธาตุ และวิญญาณธาตุ ธาตุ ๕ อย่างแรก มีปฐวีธาตุเป็นต้น ได้ชื่อว่า รูป ส่วนวิญญาณธาตุเป็นนาม

ในเบื้องแรก ควรเริ่มต้นเจริญภาวนาด้วยการทำความเข้าใจอย่างถ่องแท้เกี่ยวกับธาตุอันเป็นนามรูปเหล่านั้นเสียก่อน ในที่นี้ จะบรรยายเรื่องของธาตุโดยทั่วไปพอเป็นพื้นฐาน ขอให้อ่านอย่างถี่ถ้วนซ้ำแล้วซ้ำเล่า และทำความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องธาตุให้จงดี ซึ่งกว่าจะเข้าใจถูกต้องตามความเป็นจริง อาจต้องใช้เวลาถึงหลายวันก็เป็นได้ เรื่องนี้ไม่มีทางอื่นที่จะทำความเข้าใจได้ นอกจากจะพยายามอ่านอย่างตั้งใจเท่านั้น

ในบรรดาธาตุทั้ง ๒ ประเภท ซึ่งเป็นนามธรรมและรูปธรรมนั้น ธาตุอันเป็นรูปธรรมนับว่าสามารถทำความเข้าใจได้ค่อนข้างง่าย เพราะเป็นธาตุหยาบ มีทั้งส่วนที่เห็นได้ด้วยตา ทั้งยังสัมผัสได้ด้วย เหตุนั้น เมื่อเริ่มต้นเจริญภาวนาจึงควรเริ่มต้นจากธาตุที่เป็นรูปก่อน ซึ่งอาจต้องใช้เวลาบ้าง แต่เมื่อใดที่เราสามารถเห็นแจ้งด้วยญาณซึ่งธาตุอันเป็นรูปได้ เมื่อนั้น การเห็นแจ้งในธาตุอันเป็นนามที่ละเอียดอ่อนโดยทำนองเดียวกัน ย่อมเป็นเรื่องง่าย ในที่นี้จะพรรณนาเรื่องรูปธาตุก่อน

รูปธาตุ ๕

ศัพท์ว่า *ธาตุ* หมายถึง สิ่งที่มิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งยังปราศจากสภาวะแห่งความเป็นสัตว์บุคคลด้วย คำว่า *ปฐวี* แปลว่า ดิน ดังนั้น ปฐวีธาตุ จึงได้แก่ธาตุดิน ซึ่งมิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ปฐวีธาตุมีลักษณะแข็ง ดังเช่น ผม ขน เล็บ ฟัน เป็นต้น ซึ่งมีอยู่ในกายนี้ ไม่ว่าในกาลไหนย่อมไม่ไหลไปมา แต่มีลักษณะเป็นชิ้นเป็นอัน และมีลักษณะแข็ง นี้แหละ คือ ปฐวีธาตุ

คำว่า *อาโป* เป็นชื่อหนึ่งสำหรับน้ำ อาโปธาตุ คือ ธาตุน้ำ ซึ่งปราศจากความเป็นสัตว์บุคคลใดๆ มีลักษณะไหลไปมา และทำสิ่งต่างๆให้ยึดติดกันได้ ดังเช่น น้ำดี เสมหะ เป็นต้น อันมีอยู่ในร่างกายนี้ ซึ่งมีลักษณะเลื่อนไหลได้ ทำให้

ยึดติดกันได้ และกระเพื่อมไหวได้ จึงเป็น อาโปธาตุ

คำว่า *เตโช* เป็นชื่อหนึ่งของไฟ เตโชธาตุ จึงได้แก่ ธาตุไฟ อันปราศจากสภาวะแห่งสัตว์บุคคล ถ้าธาตุไฟมีกำลังน้อย เรียกว่า ความอบอุ่น ลักษณะของธาตุไฟ คือ การเผาไหม้ เตโชธาตุมีหน้าที่ดังนี้ คือ ทำให้เกิดขึ้น ให้การดูแลรักษา ทำให้สุก ทำให้ย่อยสลาย ทำให้แปรเปลี่ยน และทำให้พินาศไป ความอบอุ่นที่มีอยู่ในร่างกายนั้นแหละเป็นเตโชธาตุ

คำว่า *วาโย* เป็นชื่อหนึ่งของลม วาโยธาตุ คือ ธาตุลม ซึ่งปราศจากความเป็นสัตว์บุคคลใดๆ วาโยธาตุมีลักษณะพัดไปมาและสั่นไหว ดังเช่นลมหายใจในร่างกายของเรา เป็นต้น นั่นแหละ คือ วาโยธาตุ

ความหมายของศัพท์ว่า *อากาศ* คือ สถานที่ซึ่งไม่อาจขีดเส้นลงไปได้ (เพราะมีแต่ความว่างเปล่า) ลักษณะของอากาศธาตุ คือ เป็นที่ตั้งของวัตถุทั้งหลายมีปฐวีธาตุ เป็นอาทิ ทั้งยังแบ่งแยกสิ่งหนึ่งออกจากอีกสิ่งหนึ่งด้วย ช่องว่างในร่างกายซึ่งปราศจากสิ่งใดๆ เช่น ช่องหูหรือรูจมูก เป็นต้น นั่นแหละคือ อากาศธาตุ

ธาตุทั้งหลายมีปฐวีธาตุเป็นอาทิเหล่านั้น หาใช่วัตถุใดๆที่มีขนาดใหญ่โตไม่ หากแต่เป็นสสารที่มีขนาดเล็กอย่างที่สุด ที่เห็นเป็นวัตถุมีขนาดใหญ่นั้นเป็นเพราะการรวมกันเป็นกลุ่มก้อนนั่นเอง ทราย ๑ เม็ด เป็นวัตถุที่เล็กยิ่งนัก แต่เมื่อรวมกันเป็นจำนวนมาก นำมากองไว้ในที่เดียวกัน เรียกว่า กองทราย แต่จริงๆแล้ว ก็มีแต่ทรายเท่านั้น หามีสิ่งที่เรียกว่า “กอง” ซึ่งแปลกแยกต่างหากไปจากเม็ดทรายไม่ คำว่า กอง จึงเป็นเพียงลักษณะที่ปรากฏแก่จิต มิใช่สิ่งที่มีอยู่จริง สรรพสิ่งที่เห็นเป็นวัตถุใหญ่โตทั้งหมด ล้วนเป็นเหมือนกองทราย คือ เป็นเพียงการรวมตัวกันของธาตุทั้งหลายเท่านั้น มิใช่เป็นสิ่งที่มีอยู่จริง

ถ้าหากกล่าวถึงขนาดของธาตุตามนัยแห่งพระอภิธรรมแล้ว ธาตุแต่ละหน่วยย่อมมีขนาดเล็กยิ่งนัก เกินกว่าปัญญาของนักปฏิบัติจะหยั่งรู้ได้ ใช่แต่เท่านั้น คัมภีร์พระอภิธรรมยังกล่าวไว้ด้วยว่า ในรูปกลาปหนึ่งๆ (รูปแต่ละกลุ่ม) นั้น มีธาตุทั้ง ๔ อยู่อย่างครบถ้วนเลยทีเดียว นอกจากวัตถุทั้งหลายมีผมและ

ขนเป็นต้นแล้ว แม้แต่แสงสว่าง เช่น แสงจันทร์ แสงอาทิตย์ ซึ่งเป็นสิ่งละเอียดอ่อนที่สุด ก็มีธาตุทั้ง ๔ อยู่อย่างครบถ้วนเช่นกัน การวิเคราะห์ธาตุในแนวพระอภิธรรมนั้น มีความละเอียดลึกซึ้งยิ่งนัก จึงยากแก่การทำความเข้าใจ ส่วนพระสูตรใช้วิธีการวิเคราะห์โดยอาศัยแนวลักษณะที่เด่นชัดของธาตุเป็นหลัก จึงง่ายที่จะเข้าใจได้ เหตุนั้นจึงเห็นได้ว่า วิธีการของพระสูตรแสดงสภาวะที่เด่นชัดของปฐวีธาตุในฐานะเป็นธาตุดิน แสดงสภาวะที่เด่นชัดของอาโปธาตุในฐานะเป็นธาตุน้ำ แสดงสภาวะที่เด่นชัดของวาโยธาตุในฐานะเป็นธาตุลม แสดงสภาวะที่เด่นชัดของเตโชธาตุในฐานะเป็นธาตุไฟ วิธีการวิเคราะห์เช่นนี้เป็นการเพียงพอแล้ว สำหรับการยังทิฏฐิวิสุทธิให้เกิดขึ้นได้

พระสูตรสอนวิธีการแยกแยะธาตุแต่ละอย่าง โดยพิจารณาวัตถุทั้งหลาย เช่น ปูนขาว เถ้าถ่าน ซีเมนต์ แป้ง ข้าวสาร เป็นต้น ให้เห็นเป็นส่วนเล็กๆแยกย่อยออกไป แต่ละส่วนนั้นเมื่อแยกย่อยต่อไปอีก ในที่สุด ย่อมมีขนาดเล็กจนไม่อาจมองเห็นด้วยตาได้ ธาตุแต่ละส่วนที่มีขนาดน้อยนิดนั้น ในที่นี้เราเรียกกันโดยชื่อว่า *กลาป* คำว่า กลาป หมายถึง กลุ่ม หรือ กลุ่มก้อน ที่เราใช้ชื่อเรียกว่า กลาป ย่อมเป็นเพราะว่า ธาตุแต่ละส่วนอันมีขนาดน้อยนิดนั้น ถ้ากล่าวตามนัยแห่งพระอภิธรรมแล้ว หาใช่สิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างโดดๆไม่ แต่เป็นกลุ่มก้อนน้อยๆ กลุ่มหนึ่งนั้นเอง

เราสามารถทำความเข้าใจในสภาวะของธาตุกลาป (กลุ่มของธาตุซึ่งมีอยู่ในรูป) ได้โดยง่าย หากใช้อากาศธาตุเป็นแนวทางพิจารณา อากาศธาตุไม่รวมอยู่ในกลาป ที่ใดไม่มีธาตุทั้งหลาย เช่น ปฐวีธาตุ เป็นต้น ที่นั้นย่อมมีอากาศธาตุ โลกนี้ทั้งหมดทั้งสิ้น ทั้งสิ่งที่มีวิญญาณครองและปราศจากวิญญาณ ล้วนตั้งอยู่ภายในอากาศธาตุ อาการที่สิ่งเหล่านั้นเคลื่อนไหวก็ดี กระทำกิริยาใดๆก็ดี ไปมาในที่นั้นที่นี้ก็ดี ทั้งหมดนั้นเกิดขึ้นภายในอากาศธาตุทั้งสิ้น มาตรว่า ไม่มีอากาศธาตุอยู่โดยรอบแล้ว วัตถุหรือบุคคลใดๆก็ตาม อย่าว่าแต่จะกระทำกิริยาอาการเลย แม้แต่การเคลื่อนไหวก็ไม่อาจเป็นไปได้ บรรดารูปทั้งหลายซึ่งรวมกันเป็นกลาป ย่อมมีอากาศธาตุแวดล้อมอยู่โดยรอบ และอาศัยอากาศธาตุนั้นแยกส่วนตั้งอยู่ต่างหากจากกลาปอื่นๆ เช่นเดียวกันกับวัตถุใหญ่ๆ ซึ่งเป็นมวล

รวมของธาตุ ปรากฏตั้งอยู่เป็นเอกเทศจากวัตถุอื่นๆนั่นเอง ขอให้พิจารณาทำความเข้าใจในเรื่องนี้ ตามนัยซึ่งจะได้อธิบายต่อไป

ถ้าเราเอาข้าวสารใส่ถุงผ้า ผูกปากถุงให้แน่น นำไปแช่น้ำในภาชนะ และทิ้งไว้สักครู่หนึ่ง ครั้นนำขึ้นจากน้ำแก้ปากถุงออกดู จะเห็นว่า ข้าวสารทุกเม็ดล้วนเปียกน้ำจนหมดสิ้น การที่ข้าวสารเปียกน้ำย่อมเป็นเพราะว่า น้ำได้ซึมเข้ามาถูกต้องกับข้าวสารโดยรอบของแต่ละเม็ด แม้ข้าวสารจะอัดแน่นอยู่ในถุง แต่น้ำยังซึมเข้าไปในระหว่างของแต่ละเม็ดได้ เช่นนี้ย่อมเป็นเพราะว่า ในระหว่างข้าวสารแต่ละเม็ดนั้น ยังมีช่องว่างอยู่ ช่องว่างนั้นแหละ คือ อากาศธาตุ เมื่อพิจารณาดูด้วยอาการอย่างนี้แล้ว ย่อมสมควรเข้าใจได้ว่า วัตถุทั้งหลายแม้ตั้งอยู่ใกล้ชิดแนบแน่นกันเพียงใด ย่อมมีอากาศธาตุคั่นอยู่ในระหว่างวัตถุเหล่านั้น และอากาศธาตุนั้นแหละ เป็นตัวแบ่งแยกวัตถุแต่ละอย่างออกจากกัน ให้ตั้งอยู่เป็นสัดส่วนได้

ทีนี้ ลองนำข้าวสาร ๑ เม็ดมาพิจารณาดู ข้าวสาร ๑ เม็ดมิใช่วัตถุ ๑ ชิ้นโดดๆ แต่เป็นมวลรวมของวัตถุเล็กๆมากมายที่เรียกว่า แป้ง วัตถุเล็กๆเหล่านั้นเป็นปฐวีกลาป ถ้าเอาข้าวสาร ๑ เม็ด ใส่แช่ไว้ในภาชนะที่มีน้ำ ปล่อยทิ้งไว้สักหลายชั่วโมง ครั้นเอาขึ้นมาพิจารณาดูอีกครั้งหนึ่งจะเห็นว่า ข้าวสารเม็ดนั้นมีลักษณะอ่อนนุ่มไปแล้ว ที่กลับกลายเป็นอ่อนนุ่มไปเช่นนี้ ย่อมเป็นเพราะว่า น้ำได้แทรกซึมเข้าไปในระหว่างปฐวีกลาปของแป้ง ซึ่งประกอบกันขึ้นเป็นเม็ดข้าวสารนั่นเอง ที่ใดมีสิ่งหนึ่งกินพื้นที่อยู่ก่อนแล้ว สิ่งอื่นใดย่อมไม่อาจกินพื้นที่เดียวกันพร้อมกันไปได้ เหตุนั้น ถ้าแม้นว่าในระหว่างปฐวีกลาปเหล่านั้นไม่มีช่องว่าง หรือไม่มีอากาศธาตุอยู่เลย น้ำย่อมไม่อาจแทรกซึมเข้าไปภายในเม็ดข้าวได้ การที่น้ำแทรกซึมเข้าไปได้นั้น ย่อมเนื่องมาจากอากาศธาตุซึ่งมีอยู่โดยรอบปฐวีกลาปทั้งหลายนั่นเอง จากเรื่องนี้จึงเข้าใจได้ว่า ในวัตถุทั้งหลายทั้งปวงล้วนมีอากาศธาตุล้อมรอบรูปกลาปอยู่ และอากาศธาตุนั้นแหละเป็นตัวแบ่งแยกรูปกลาปเหล่านั้น ให้ตั้งอยู่เป็นเอกเทศจากกันได้

ถ้าเอาน้ำหยดลงไปบนแผ่นโลหะหรือแผ่นกระจกสัก ๑ หยด จากนั้นเอานิ้วลูบไล้หยดน้ำนั้นวนไปมา ในที่สุด หยดน้ำย่อมหายไปจนมองไม่เห็น ลอง

พิจารณาดูว่า เกิดอะไรขึ้นกับน้ำหยดนั้นซึ่งหายไปแล้ว การที่น้ำหายไปนั้น หาใช่เพราะเหตุอื่นใดไม่ แต่เป็นเพราะน้ำหยดนั้นประกอบด้วยส่วนเล็กๆ ซึ่งตาไม่สามารถมองเห็นได้ และส่วนประกอบเหล่านั้นถูกแยกกระจายออกจากกันนั่นเอง ถ้าสามารถนำเอาส่วนประกอบเล็กๆเหล่านั้น กลับมากองรวมกันใหม่ได้ดังเดิม หยดน้ำนั้นย่อมปรากฏขึ้นมาอีกโดยแท้ ส่วนประกอบอันน้อยนิดของน้ำ ซึ่งเล็กมากจนพ้นวิสัยที่ตาจะมองเห็นได้นั้นแหละ คือ อาโปธาตุกลาป (กลาปแห่งธาตุน้ำ)

อันมวลรวมของอาโปธาตุ ซึ่งปรากฏในรูปแบบชลาศัยที่ยิ่งใหญ่ เช่น อ่างเก็บน้ำ สระน้ำ หรือแม่น้ำ เป็นต้น แท้จริงก็เกิดมาจากอาโปกลาปอันน้อยนิดที่มีอยู่ในหยดน้ำ ตามนัยที่กล่าวแล้ว แต่ละกลาปเหล่านั้น ย่อมถูกแบ่งแยกโดยอากาศธาตุที่รายล้อมอยู่โดยรอบกลาป ดุจเดียวกับกรณีของแป้งที่ประกอบขึ้นเป็นเม็ดข้าวสาร เหตุนั้น จึงควรทำความเข้าใจในเรื่องนี้ เช่นเดียวกับเรื่องเม็ดข้าวสารนั้นแล แม้ในธาตุอีก ๒ ประเภท คือ เตโชธาตุและวาโยธาตุ ก็มีส่วนประกอบย่อยๆอันน้อยนิดอยู่ แต่ละส่วนเหล่านั้นล้วนมีอากาศธาตุล้อมรอบและแบ่งแยกออกจากกันและกัน ดุจเดียวกับในกรณีของอาโปธาตุ

ถ้านำเอามะพร้าว ๓ ลูก มาผูกติดกันให้แน่นหนาด้วยเชือกเส้นหนึ่ง ย่อมปรากฏเป็นช่องว่างในระหว่างแต่ละลูก ช่องว่างนั้นแหละ คือ อากาศธาตุ แต่อากาศธาตุนั้นมิใช่ของแปลกใหม่ที่เกิดขึ้นเพราะการนำเอามะพร้าวมาผูกรวมกันไว้ เพราะใครๆย่อมทราบว่า ช่องว่างมีอยู่ตั้งแต่แรก ก่อนที่จะมีการนำเอามะพร้าว ๓ ลูก มาผูกติดกัน หากยกเอาพวงลูกมะพร้าวนั้นไปยังอีกที่หนึ่ง ช่องว่างระหว่างลูกมะพร้าวก็ยังปรากฏอยู่แม้ในที่ใหม่เช่นกัน อากาศธาตุที่เห็นในตอนนี้ มิใช่อากาศธาตุจากที่ตั้งเดิมของพวงลูกมะพร้าว แต่เป็นอากาศธาตุที่มีอยู่ ณ ที่ใหม่ ตั้งแต่ก่อนที่จะมีการย้ายพวงลูกมะพร้าวมาวางไว้เสียอีก อากาศธาตุมีสภาวะไม่เคลื่อนไหว จึงไม่เคลื่อนย้ายจากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง เฉพาะแต่พวงมะพร้าว ๓ ลูก เท่านั้น ที่ย้ายไปยังที่นั่นที่นี่ภายในอากาศธาตุ จากเรื่องนี้จึงเข้าใจได้ว่า อากาศธาตุย่อมมีสภาวะดำรงอยู่กับที่ตลอดกาลเป็นนิตย์ ทีนี้ ลองมาพิจารณามะพร้าวที่อยู่ในกระสอบ ๑ ใบกันต่อไป

กระสอบที่บรรจุมะพร้าว ๓-๔ ลูกไว้รวมกัน ย่อมมีช่องว่างเต็มไปหมด ช่องว่างเหล่านี้เป็นอากาศธาตุ อากาศหรือช่องว่างในกระสอบย่อมสัมพันธ์กันกับอากาศภายนอกโดยรอบด้าน อากาศที่อยู่ข้างนอกกระสอบทางด้านหนึ่ง ย่อมสัมพันธ์กับอากาศที่อยู่อีกด้านหนึ่งของกระสอบผ่านช่องว่างระหว่างลูกมะพร้าวส่วนภายในกระสอบนั้นเองเล่า ช่องว่างระหว่างลูกมะพร้าวย่อมมีความเกี่ยวเนื่องโดยตลอดเช่นกัน

ตัวกระสอบเป็นวัสดุถักทอที่เต็มไปด้วยรูโปร่งอยู่รอบด้าน จากด้านหนึ่งทะลุไปยังอีกด้านหนึ่ง ถ้านำเอากระสอบมะพร้าวจากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง อากาศธาตุที่มีอยู่ในที่เดิม ย่อมตกค้างอยู่ในที่เก่านั้นแหละ หาติดกระสอบไปด้วยไม่ ไปถึงที่ใหม่แล้ว อากาศธาตุในกระสอบย่อมเป็นอากาศธาตุของที่ใหม่นั้นโดยแท้ เมื่อเข้าใจแจ้งชัดดังนี้แล้ว ลองพิจารณาถึงสถานการณ์ในเวลาที่เราเอากระสอบบรรทุกรถไป ย่อมเป็นอันเข้าใจได้ว่า ส่วนของมะพร้าวในกระสอบซึ่งแนบชิดติดกัน แม้มีอากาศธาตุในปริมาณน้อย แต่อากาศธาตุก็ยังคงล้อมรอบมะพร้าวแต่ละลูกเอาไว้ ให้ลูกมะพร้าวแยกจากกัน พูดอีกอย่างหนึ่งก็คือมะพร้าวทุกลูกย่อมมีอากาศธาตุห่อหุ้มอยู่นั่นเอง

เวลาที่ฝูงผึ้งทั้งหลายบินไปในอากาศ แต่ละตัวในฝูงนั้นย่อมมีอากาศธาตุล้อมรอบตัวของมัน จึงบินไปในทางของตัวเอง โดยไม่ชนกันกับตัวอื่นๆ มะพร้าวที่อยู่รวมกันในกระสอบก็เช่นเดียวกัน แต่ละลูกล้วนมีอากาศธาตุล้อมรอบอยู่ ย่อมเคลื่อนย้ายไปในทางของตัวเอง ตามอาการที่รถแล่นไปอยู่อย่างนั้น เมื่อเข้าใจเรื่องนี้ชัดเจนดีแล้ว ลองนึกถึงลักษณะที่กระสอบข้าวสารถูกบรรทุกไปในรถ ครั้นไตร่ตรองจนเข้าใจดีแล้ว อันดับต่อไป ลองนึกถึงเวลาที่ข้าวสาร ๑ เม็ด ถูกนำไป ทำให้ปฐวีธาตุกลาปในเม็ดข้าวนั้นเคลื่อนย้ายไปด้วย คิดไตร่ตรองจนกระทั่งเข้าใจถึงการเคลื่อนไปของปฐวีกลาป ซึ่งมีอยู่ในเม็ดข้าวสาร ให้เห็นชัดเจนดุจเดียวกับการบินไปของฝูงผึ้ง เมื่อเข้าใจความเป็นไปในเม็ดข้าวสารดีแล้ว จึงหันมาพิจารณาธาตุทั้งหลายในร่างกายต่อไป

ร่างกายของมนุษย์ที่เจริญวัยเต็มที่แล้ว ย่อมมีธาตุดินอยู่ประมาณ ๔ แกลลอน และมีธาตุน้ำอยู่ราวกึ่งหนึ่ง หรือประมาณ ๘ ลิตร สรีระนี้ประกอบขึ้น

ด้วยธาตุทั้งหลาย คือ มีปฐวีธาตุกลาปซึ่งมีลักษณะเหมือนฝุ่นเม็ดเล็กๆที่แห้งผาก แต่เกาะรวมกันอยู่เป็นกลุ่มก้อนได้ ไม่แตกกระจายจากกัน ด้วยอำนาจความเปียกชื้นและพลังเกาะรวมกลุ่มกันในอาโปธาตุ ทั้งได้อาศัยวาโยธาตุช่วยเป่า (มีลมหายใจ) และอาศัยเตโชธาตุช่วยรักษาไว้ให้มีความอบอุ่น จึงดำรงอยู่ในฐานะเป็นร่างกายหรือเป็นบุคคลคนหนึ่งได้

ควรพิจารณาด้วยปัญญาให้เข้าใจถ่องแท้ถึงอาการที่ปฐวีกลาป อาโปกลาป เตโชกลาป และวาโยกลาป ที่มีอยู่ในสรีระนี้ ล้วนตั้งอยู่โดยความเป็นเอกเทศจากกัน และมีอากาศธาตุล้อมรอบอยู่ทั้งสิ้น ดุจเดียวกับลูกมะพร้าวในกระสอบมะพร้าว หรือเม็ดข้าวสารในกระสอบข้าว หรือแม้แต่แป้งในเม็ดข้าวสารก็ตาม ลองพิจารณาถึงความจริงที่ว่า ในเวลาที่กระสอบใส่มะพร้าวถูกนำไปยังที่นั้นที่นี้ ลูกมะพร้าวย่อมเข้าไปสู่อากาศธาตุอันมีอยู่ในที่นั้นๆด้วย โดยนัยเดียวกัน ในเวลาที่เราเดินทาง ธาตุกลาปแต่ละกลาปในสรีระย่อมเดินทางไปในระหว่างอากาศธาตุ และบรรลุถึงสถานที่นั้นๆเช่นกัน แม้ภายในสรีระนี้ก็มีช่องว่างอยู่ ดุจเดียวกับกระสอบใส่ลูกมะพร้าว หรือกระสอบใส่ข้าวสารนั้นแล

สิ่งของที่มีขนาดเล็กๆ ถ้าเอากล้องจุลทรรศน์ส่องดูจะเห็นว่า มีรูพรุน (ช่องว่าง) อยู่เต็มไปหมดเหมือนรังผึ้ง เมื่อเข้าใจความเป็นไปของรูปธาตุทั้ง ๕ ดังที่ได้พรรณนามานี้แล้ว หากเพียรภาวนาตามแนวทางที่จะอธิบายต่อไปในเบื้องหน้า ย่อมสามารถยังทิฏฐิวิสุทธิให้บังเกิดมีขึ้นได้โดยเร็วพลัน จึงขอให้ใคร่ครวญคำอธิบายนี้หลายๆครั้ง และใช้เวลาสักหลายวันตริตรองเรื่องนี้ให้ละเอียดถี่ถ้วนเถิด

“ธาตุธรรม” ต่างๆในร่างกาย*

ปฐวีธาตุ ๒๐

ส่วนต่างๆทั้ง ๒๐ ประการ เหล่านี้ คือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เส้นเอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ตับ พังผืด ม้าม ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า (อุจจาระ) และมันสมอง รวมทั้งส่วนอื่นๆในร่างกายซึ่งมีลักษณะแข็ง ไม่ว่าจะมีอยู่เพียงใด สิ่งเหล่านั้นทั้งหมดล้วนเป็นปฐวีธาตุทั้งสิ้น

อาโปธาตุ ๑๒

น้ำดี เสมหะ หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา มันเหลว น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ น้ำมูตร (ปัสสาวะ) ส่วนต่างๆทั้ง ๑๒ ประการนี้ หรือธาตุอื่นใดในร่างกายซึ่งมีลักษณะเชื่อมต่อหรือทำให้รูปทั้งหลายเชื่อมต่อกัน ธาตุเหล่านั้นล้วนจัดประเภทเป็นอาโปธาตุทั้งสิ้น โยคาวจรจึงควรท่องจำปฐวีธาตุ ๒๐ ส่วน และอาโปธาตุ ๑๒ ส่วนเหล่านี้ไว้ ให้แม่นยำขึ้นใจ ทั้งพยายามทำความเข้าใจในสภาวะแห่งธาตุทั้งหลายเหล่านั้นให้จงดี ในที่นี้จะไม่อธิบายสภาวะของธาตุแต่ละส่วนไว้ เพราะจะทำให้หนังสือมีขนาดใหญ่มากเกินไป แต่ก่อนที่จะเริ่มลงมือปฏิบัติจิตตภาวนา ผู้ปฏิบัติควรศึกษาธาตุส่วนต่างๆให้ละเอียดถี่ถ้วนก่อน ทั้งด้วยการหาหนังสือมาอ่าน (ชนิดมีภาพประกอบพร้อมคำอธิบาย และภาพมีสีสันแสดงตำแหน่งที่ตั้งอันสัมพันธ์กับส่วนอื่นๆของร่างกายด้วย) หรือฟังท่านผู้รู้อธิบายให้มีความเข้าใจ แล้วจึงเริ่มเจริญภาวนาตามลำดับสืบไป

เตโชธาตุ ๔

เตโชธาตุในร่างกายมี ๔ อย่าง คือ เตโชธาตุทำหน้าที่ให้ความอบอุ่น

....

* เปรียบเทียบอาการ ๓๒ จาก ขุททกปาฐะแห่งคัมภีร์ขุททกนิกาย ดังนี้ ***อตฺถิ อิมสฺมึ กาเย เกสา โลมา นขา ทนฺตา ตโจ มํสํ นฺหารู อฏฺฐี อฏฺฐิมิญฺชํ วกฺกํ หทยํ ยกนํ กิโลมกํ ปิหกํ ปปฺผาสํ อนฺตํ อนฺตคุณํ อุทริยํ กรีสํ ปิตฺตํ เสมฺหํ ปุพฺโพ โลหิตํ เสโท เมโท อสฺสุ วสา เขโฬ สิงฺฆาณิกา ลสิกา มุตฺตํ มตฺถเก มตฺถลุงฺคนฺติ*** *ซึ่งแปลว่า ในร่างกายนี้มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ตับ พังผืด ม้าม ปอด ไส้ใหญ่ ไส้น้อย อาหารใหม่ อาหารเก่า น้ำดี เสมหะ หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เปลวมัน น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูตร เยื่อมันสมองในศีรษะ - ผู้แปล*

เตโชธาตุทำหน้าที่ให้ร่างกายเสื่อมโทรม เตโชธาตุทำหน้าที่ให้ร่างกายกระวนกระวาย และเตโชธาตุทำหน้าที่ย่อยอาหาร

ความอบอุ่นในร่างกายนั้นแหละ ได้ชื่อว่า เตโชธาตุซึ่งทำหน้าที่ให้ความอบอุ่น ในเวลามีอาการ "ไข้ขึ้น" เตโชธาตุชนิดนี้จะปรากฏเด่นชัดมากยิ่งขึ้น ส่วนเตโชธาตุซึ่งทำให้ร่างกายเสื่อมสลายลง ได้ชื่อว่า เตโชธาตุทำหน้าที่เสื่อมโทรม อาการที่ปรากฏเมื่อล่วงวัย และอวัยวะในร่างกายเริ่มเสื่อมลง เช่น ผมบนศีรษะหงอกขาวหรือร่างกายเหี่ยวย่น เป็นอาทิ นั้นย่อมเป็นเพราะเตโชธาตุทำหน้าที่เผาลนให้แปรปรวนไปนั่นเอง เตโชธาตุที่เผาไหม้ร่างกายให้รุ่มร้อน ได้ชื่อว่า เตโชธาตุซึ่งทำหน้าที่เผาไหม้ให้รู้สึกกระวนกระวาย เวลาที่คนพูดกันว่า รู้สึกเจ็บปวดลูกตา เจ็บปวดหน้าอก หรือเจ็บปวดตามแขนขา เป็นต้น นั้นย่อมเป็นเพราะการเผาไหม้อันเกิดจากเตโชธาตุโดยแท้ เป็นการเผาไหม้จริงๆ มิใช่เป็นความอบอุ่นตามธรรมดา ส่วนอาหารที่รับประทานเข้าไป ย่อมถูกเตโชธาตุเผาผลาญให้ย่อยสลาย เตโชธาตุนั้นจึงได้ชื่อว่า เตโชธาตุซึ่งทำหน้าที่ย่อยอาหาร

วาโยธาตุ ๖

วาโยธาตุในร่างกายมี ๖ ประเภท คือ ลมพัดขึ้นเบื้องบน ลมพัดลงเบื้องต่ำ ลมในท้อง ลมในลำไส้ ลมพัดไปมาตามลำตัว ลมหายใจ (เข้าและออก) ดังนี้

ลมที่ตีขึ้นเบื้องบน เช่น ในกรณีสะอึกหรืออาเจียน เช่นนี้เรียกว่า ลมพัดขึ้นเบื้องบน ลมที่ตีลงสู่เบื้องล่างของร่างกาย เช่น ในเวลาถ่ายอุจจาระหรือถ่ายปัสสาวะ นี้เรียกว่า ลมพัดลงเบื้องต่ำ ส่วนลมที่หมุนเวียนอยู่ในท้อง ไม่นับที่อยู่ในลำไส้ เรียกว่า ลมในท้อง แต่ลมที่เป็นไปอยู่ในลำไส้ตามปกติ เรียกว่า ลมในลำไส้ ลมที่พัดไปมาในส่วนต่างๆของร่างกาย และลมที่ทำให้อวัยวะต่างๆ เคลื่อนไหวไปมาได้ นี้เรียกว่า ลมพัดไปมาตามลำตัว ส่วนลมที่เราใช้ในเวลาหายใจเข้าหรือหายใจออก นี้เรียกว่า ลมหายใจ

ธาตุอันมีหลากหลายทั้ง ๔๒ ประเภท กล่าวคือ ปฐวีธาตุ ๒๐ อาโปธาตุ ๑๒ เตโชธาตุ ๔ และวาโยธาตุ ๖ เหล่านี้รวมเรียกว่า อาการ ๔๒

อากาศธาตุ

ช่องว่างต่างๆในร่างกายทั้งหมด เป็นต้นว่า ช่องว่างในรูหูทั้ง ๒ ช่องว่างในรูจมูกทั้ง ๒ ช่องว่างในปาก ช่องว่างในหัวกะโหลก ที่ว่างในกระเพาะอาหาร ซึ่งเป็นที่รวมกันของอาหารที่รับประทานเข้าไป ช่องทางเป็นที่ออกไปของอาหารที่ย่อยสลายแล้ว เหล่านี้ล้วนเป็นอากาศธาตุทั้งสิ้น

บทภาวนาธาตุต่างๆ

ขอจงท่องจำข้อความซึ่งจะได้แสดงต่อไปตามลำดับ และเจริญภาวนาตามอุบายที่ให้ไว้ด้วยสติสัมปชัญญะเต็มพร้อม เพื่อยังทิฏฐิวิสุทธิให้บังเกิดมีขึ้น

ส่วนที่ ๑

๑. ***ผม*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของปฐวีธาตุในร่างกาย ผมแต่ละเส้นเป็นมวลรวมแห่งปฐวีกลาปแต่ละหมวดหมู่ นอกจากปฐวีธาตุกลาปแล้ว สิ่งที่เรียกว่า "เส้นผม" นั้น แท้จริงหาได้มีอยู่ไม่ สิ่งที่มีอยู่จริง เป็นเพียงปฐวีธาตุกลาปเท่านั้น ปฐวีธาตุใดๆในสิ่งทั้งหลายอื่นนอกจากร่างกายนี้ เป็นต้นว่า ต้นไม้และเถาวัลย์ และปฐวีธาตุในเส้นผมเหล่านั้น ล้วนมีความเสมอเหมือนกันในฐานะเป็นปฐวีธาตุ แม้ปฐวีธาตุในต้นไม้ และเถาวัลย์เป็นอาทิ ย่อมมิใช่สัตว์บุคคล โดยนัยเดียวกัน ปฐวีธาตุซึ่งมีอยู่ในสิ่งที่เรียกว่า เส้นผมนั้น ก็มิใช่สัตว์ มิใช่บุคคลทั้งมิใช่ "ตัวเรา" ด้วย*

๒. ***ขน*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของปฐวีธาตุในร่างกาย ขนแต่ละเส้นเป็นมวลรวมแห่งปฐวีกลาปแต่ละหมวดหมู่ นอกจากปฐวีธาตุกลาปแล้ว สิ่งที่เรียกว่า "เส้นขน" นั้น แท้จริงหาได้มีอยู่ไม่ สิ่งที่มีอยู่จริง เป็นเพียงปฐวีธาตุกลาปเท่านั้น ปฐวีธาตุใดๆในสิ่งทั้งหลายอื่นนอกจากร่างกายนี้ เป็นต้นว่า ต้นไม้และเถาวัลย์ และปฐวีธาตุในเส้นขนเหล่านั้น ล้วนมีความเสมอเหมือนกันในฐานะเป็นปฐวีธาตุ แม้ปฐวีธาตุในต้นไม้และเถาวัลย์เป็นอาทิ ย่อมมิใช่สัตว์บุคคล โดยนัยเดียวกัน ปฐวีธาตุซึ่งมีอยู่ใน*

สิ่งที่เรียกว่า เส้นขน นั้น ก็มิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ "ตัวเรา" ด้วย

๓. **เล็บ** นี้เป็นส่วนหนึ่งของปฐวีธาตุในร่างกาย เล็บแต่ละนิ้วเป็นมวลรวมแห่งปฐวีกลาปแต่ละหมวดหมู่ นอกจากปฐวีธาตุกลาปแล้ว สิ่งที่เรียกว่า "เล็บ" นั้น แท้จริงหาได้มีอยู่ไม่ สิ่งที่มีอยู่จริง เป็นเพียงปฐวีธาตุกลาปเท่านั้น ปฐวีธาตุใดๆในสิ่งทั้งหลายอื่นนอกจากร่างกายนี้ เป็นต้นว่า ต้นไม้และเถาวัลย์ และปฐวีธาตุในเล็บเหล่านั้น ล้วนมีความเสมอเหมือนกันในฐานะเป็นปฐวีธาตุ แม้ปฐวีธาตุในต้นไม้และเถาวัลย์เป็นอาทิ ย่อมมิใช่สัตว์บุคคล โดยนัยเดียวกัน ปฐวีธาตุซึ่งมีอยู่ในสิ่งที่เรียกว่า เล็บ นั้น ก็มิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ "ตัวเรา" ด้วย

๔. **ฟัน** นี้เป็นส่วนหนึ่งของปฐวีธาตุในร่างกาย ฟันแต่ละซี่เป็นมวลรวมแห่งปฐวีกลาปแต่ละหมวดหมู่ นอกจากปฐวีธาตุกลาปแล้ว สิ่งที่เรียกว่า "ฟัน" นั้น แท้จริงหาได้มีอยู่ไม่ สิ่งที่มีอยู่จริง เป็นเพียงปฐวีธาตุกลาปเท่านั้น ปฐวีธาตุใดๆในสิ่งทั้งหลายอื่นนอกจากร่างกายนี้ เป็นต้นว่า ต้นไม้และเถาวัลย์ และปฐวีธาตุในฟันเหล่านั้น ล้วนมีความเสมอเหมือนกันในฐานะเป็นปฐวีธาตุ แม้ปฐวีธาตุในต้นไม้และเถาวัลย์เป็นอาทิ ย่อมมิใช่สัตว์บุคคล โดยนัยเดียวกัน ปฐวีธาตุซึ่งมีอยู่ในสิ่งที่เรียกว่า ฟัน นั้น ก็มิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ "ตัวเรา" ด้วย

๕. **หนัง** นี้เป็นส่วนหนึ่งของปฐวีธาตุในร่างกาย นอกจากปฐวีธาตุกลาปแล้ว สิ่งที่เรียกว่า "ผิวหนัง" นั้น แท้จริงหาได้มีอยู่ไม่ สิ่งที่มีอยู่จริงเป็นเพียงปฐวีธาตุกลาปเท่านั้น ปฐวีธาตุใดๆในสิ่งทั้งหลายอื่น นอกจากร่างกายนี้ เป็นต้นว่า ต้นไม้และเถาวัลย์ และปฐวีธาตุในผิวหนังบนร่างกายนี้ ล้วนมีความเสมอเหมือนกันในฐานะเป็นปฐวีธาตุ แม้ปฐวีธาตุในต้นไม้และเถาวัลย์เป็นอาทิ ย่อมมิใช่สัตว์บุคคล โดยนัยเดียวกัน ปฐวีธาตุซึ่งมีอยู่ในมวลรวมที่เรียกว่า ผิวหนัง นั้น ก็มิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ "ตัวเรา" ด้วย

ขอให้เพียรเจริญภาวนาโดยใช้ส่วนทั้ง ๕ คือ ผม ขน เล็บ ฟัน และหนังเป็นอารมณ์ ตามแนวทางที่ได้กล่าวมานี้ เป็นเวลา ๑ สัปดาห์ ถ้าแต่ละวัน

ปฏิบัติได้น้อยกว่า ๑ ชั่วโมง ก็ควรเจริญภาวนาติดต่อกันถึง ๒ สัปดาห์ อย่าเร่งร้อนในการปฏิบัติเพียงเพื่อรุดไปข้างหน้าเท่านั้น ทั้งในขณะเจริญภาวนาก็ไม่ควรทำอย่างรีบเร่ง จงค่อยๆพิจารณาธาตุแต่ละส่วนให้เข้าใจแจ่มแจ้ง และเห็นปรากฏชัดเจนตามความเป็นจริงเถิด

ส่วนที่ ๒

๑. ***เนื้อ*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของปฐวีธาตุในร่างกาย เนื้อแต่ละชิ้นเป็นมวลรวมแห่งปฐวีกลาปแต่ละหมวดหมู่ นอกจากปฐวีธาตุกลาปแล้ว สิ่งที่เรียกว่า "ก้อนเนื้อ" นั้น แท้จริงหาได้มีอยู่ไม่ สิ่งที่มีอยู่จริง เป็นเพียงปฐวีธาตุกลาปเท่านั้น ปฐวีธาตุใดๆในสิ่งทั้งหลายอื่นนอกจากร่างกายนี้ เป็นต้นว่า ต้นไม้และเถาวัลย์ และปฐวีธาตุในก้อนเนื้อเหล่านั้นล้วนมีความเสมอเหมือนกันในฐานะเป็นปฐวีธาตุ แม้ปฐวีธาตุในต้นไม้และเถาวัลย์เป็นอาทิ ย่อมมิใช่สัตว์บุคคล โดยนัยเดียวกัน ปฐวีธาตุซึ่งมีอยู่ในสิ่งที่เรียกว่า ก้อนเนื้อ นั้น ก็มิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ "ตัวเรา" ด้วย*

๒. ***เส้นเอ็น*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของปฐวีธาตุในร่างกาย เส้นเอ็นแต่ละเส้นเป็นมวลรวมแห่งปฐวีกลาปแต่ละหมวดหมู่ นอกจากปฐวีธาตุกลาปแล้ว สิ่งที่เรียกว่า "เส้นเอ็น" นั้น แท้จริงหาได้มีอยู่ไม่ สิ่งที่มีอยู่จริงเป็นเพียงปฐวีธาตุกลาปเท่านั้น ปฐวีธาตุใดๆในสิ่งทั้งหลายอื่นนอกจากร่างกายนี้ เป็นต้นว่า ต้นไม้และเถาวัลย์ และปฐวีธาตุในเส้นเอ็นเหล่านั้น ล้วนมีความเสมอเหมือนกันในฐานะเป็นปฐวีธาตุ แม้ปฐวีธาตุในต้นไม้และเถาวัลย์เป็นอาทิ ย่อมมิใช่สัตว์บุคคล โดยนัยเดียวกัน ปฐวีธาตุซึ่งมีอยู่ในสิ่งที่เรียกว่า เส้นเอ็น นั้น ก็มิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ "ตัวเรา" ด้วย*

๓. ***กระดูก*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของปฐวีธาตุในร่างกาย กระดูกแต่ละชิ้นเป็นมวลรวมแห่งปฐวีกลาปแต่ละหมวดหมู่ นอกจากปฐวีธาตุกลาปแล้ว สิ่งที่เรียกว่า "กระดูก" นั้น แท้จริงหาได้มีอยู่ไม่ สิ่งที่มีอยู่จริง เป็นเพียง*

ปฐวีธาตุกลาปเท่านั้น ปฐวีธาตุใดๆในสิ่งทั้งหลายอื่นนอกจากร่างกายนี้ เป็นต้นว่า ต้นไม้และเถาวัลย์ และปฐวีธาตุในกระดูกเหล่านั้น ล้วนมีความเสมอเหมือนกันในฐานะเป็นปฐวีธาตุ แม้ปฐวีธาตุในต้นไม้และเถาวัลย์เป็นอาทิ ย่อมมิใช่สัตว์บุคคล โดยนัยเดียวกัน ปฐวีธาตุซึ่งมีอยู่ในสิ่งที่เรียกว่า กระดูก นั้น ก็มิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ "ตัวเรา" ด้วย

๔. ***เยื่อในกระดูก*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของปฐวีธาตุในร่างกาย นอกจากปฐวีธาตุกลาปแล้ว สิ่งที่เรียกว่า เยื่อในกระดูก นั้น แท้จริงหาได้มีอยู่ไม่ สิ่งที่มีอยู่จริง เป็นเพียงปฐวีธาตุกลาปเท่านั้น ปฐวีธาตุใดๆในสิ่งทั้งหลายอื่นนอกจากร่างกายนี้ เป็นต้นว่า ต้นไม้และเถาวัลย์ และปฐวีธาตุซึ่งประกอบกันเป็นเยื่อในกระดูกเหล่านั้น ล้วนมีความเสมอเหมือนกันในฐานะเป็นปฐวีธาตุ แม้ปฐวีธาตุในต้นไม้และเถาวัลย์เป็นอาทิ ย่อมมิใช่สัตว์บุคคล โดยนัยเดียวกัน ปฐวีธาตุซึ่งมีอยู่ในสิ่งที่เรียกว่า เยื่อในกระดูก นั้น ก็มิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ "ตัวเรา" ด้วย*

๕. ***ไต*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของปฐวีธาตุในร่างกาย นอกจากปฐวีธาตุกลาปแล้ว สิ่งที่เรียกว่า "ไต" นั้น แท้จริงหาได้มีอยู่ไม่ สิ่งที่มีอยู่จริง เป็นเพียงปฐวีธาตุกลาปเท่านั้น ปฐวีธาตุใดๆในสิ่งทั้งหลายอื่นนอกจากร่างกายนี้ เป็นต้นว่า ต้นไม้และเถาวัลย์ และปฐวีธาตุซึ่งประกอบกันเป็นไตเหล่านั้น ล้วนมีความเสมอเหมือนกันในฐานะเป็นปฐวีธาตุ แม้ปฐวีธาตุในต้นไม้และเถาวัลย์เป็นอาทิ ย่อมมิใช่สัตว์บุคคล โดยนัยเดียวกัน ปฐวีธาตุซึ่งมีอยู่ในสิ่งที่เรียกว่า ไต นั้น ก็มิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ "ตัวเรา" ด้วย*

ขอจงเพียรเจริญภาวนาโดยใช้ส่วนทั้ง ๕ คือ เนื้อ เส้นเอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก และไตเป็นอารมณ์ ตามแนวทางที่ได้กล่าวมานี้ เป็นเวลา ๑ สัปดาห์

หลังจากนั้น ให้รวมการเจริญภาวนาในสัปดาห์แรกกับการปฏิบัตินี้เข้าด้วยกัน เริ่มจากการภาวนาโดยใช้ เส้นผม เรื่อยไปจนถึง ไต เป็นอารมณ์ รวมทั้งหมดเข้าด้วยกันเป็นอวัยวะ ๑๐ ส่วน เป็นเวลา ๑ สัปดาห์ ถ้ามีเวลาน้อยในการเจริญภาวนาแต่ละรอบ ก็ให้ขยายเวลาจากการปฏิบัติทั้งหมด ๑ สัปดาห์ ตามที่กล่าวมาแล้วนั้น ยืดออกไปอีกเป็น ๒ สัปดาห์ด้วยกัน

ส่วนที่ ๓

๑. ***หัวใจ*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของปฐวีธาตุในร่างกาย นอกจากปฐวีธาตุกลาปแล้ว สิ่งที่เรียกว่า "หัวใจ" นั้น แท้จริงหาได้มีอยู่ไม่ สิ่งที่มีอยู่จริงเป็นเพียงปฐวีธาตุกลาปเท่านั้น ปฐวีธาตุใดๆในสิ่งทั้งหลายอื่น นอกจากร่างกายนี้ เป็นต้นว่า ต้นไม้และเถาวัลย์ และปฐวีธาตุในก้อนเนื้อหัวใจนั้น ล้วนมีความเสมอเหมือนกันในฐานะเป็นปฐวีธาตุ แม้ปฐวีธาตุในต้นไม้และเถาวัลย์เป็นอาทิ ย่อมมิใช่สัตว์บุคคล โดยนัยเดียวกัน ปฐวีธาตุซึ่งมีอยู่ในสิ่งที่เรียกว่า หัวใจ นั้น ก็มิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ "ตัวเรา" ด้วย*

๒. ***ตับ*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของปฐวีธาตุในร่างกาย ฯลฯ*

๓. ***พังผืด*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของปฐวีธาตุในร่างกาย ฯลฯ*

๔. ***ม้าม*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของปฐวีธาตุในร่างกาย ฯลฯ*

๕. ***ปอด*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของปฐวีธาตุในร่างกาย ฯลฯ*

ให้เติมข้อความที่เว้นไว้ในข้อ ๒, ๓, ๔, และ ๕ ให้บริบูรณ์ โดยอาศัยแนวทางในข้ออื่นที่ได้พรรณนาไว้แล้วนั้น พึงเจริญภาวนาโดยใช้อวัยวะทั้ง ๕ คือ หัวใจ ตับ พังผืด ม้าม และปอดเป็นอารมณ์ เป็นเวลา ๑ สัปดาห์ จากนั้นจงเจริญภาวนาโดยเริ่มต้นจากเส้นผมเรื่อยไปจนถึงปอดตามลำดับ รวมอวัยวะทั้ง ๑๕ ส่วนเหล่านี้เป็นอารมณ์ และปฏิบัติต่อไปอีกเป็นเวลา ๑ สัปดาห์

ส่วนที่ ๔

แม้ในอวัยวะอันเป็นส่วนของปฐวีธาตุที่เหลือ คือ ลำไส้ใหญ่ ลำไส้น้อย อาหารใหม่ อาหารเก่า และมันสมอง ก็ขอให้เพียรเจริญภาวนาโดยนัยที่ได้อธิบายมาแล้ว คือให้เห็นว่า แต่ละสิ่งเหล่านั้นเป็นส่วนหนึ่งของปฐวีธาตุในร่างกาย เป็นต้น จงปฏิบัติดังกล่าวนี้ต่อไปเป็นเวลา ๑ สัปดาห์ หลังจากนั้น ให้เจริญภาวนาโดยใช้ธาตุ (อวัยวะ) ทั้ง ๒๐ ส่วนรวมกัน และกำหนดภาวนาโดยลำดับอีก ๑ สัปดาห์

ส่วนที่ ๕

๑. ***น้ำดี*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของอาโปธาตุในร่างกาย นอกจากอาโปธาตุกลาปแล้ว สิ่งที่เรียกว่า "น้ำดี" นั้น แท้จริงหาได้มีอยู่ไม่ สิ่งที่มีอยู่จริงเป็นเพียงอาโปธาตุกลาปเท่านั้น อาโปธาตุใดๆในที่ทั้งหลาย เป็นต้นว่า บ่อน้ำ สระน้ำ หรือแม่น้ำ และอาโปธาตุในสิ่งที่เรียกว่า น้ำดี นั้น ล้วนมีความเสมอเหมือนกันในฐานะเป็นอาโปธาตุ แม้อาโปธาตุในบ่อน้ำ สระน้ำ หรือแม่น้ำ เป็นอาทิ ย่อมมิใช่สัตว์บุคคล โดยนัยเดียวกัน อาโปธาตุซึ่งมีอยู่ในสิ่งที่เรียกว่า น้ำดี นั้น ก็มิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ "ตัวเรา" ด้วย*

๒. ***เสมหะ*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของอาโปธาตุในร่างกาย นอกจากอาโปธาตุกลาปแล้ว สิ่งที่เรียกว่า "เสมหะ" นั้น แท้จริงหาได้มีอยู่ไม่ สิ่งที่มีอยู่จริง เป็นเพียงอาโปธาตุกลาปเท่านั้น อาโปธาตุใดๆในที่ทั้งหลาย เป็นต้นว่า บ่อน้ำ สระน้ำ หรือแม่น้ำ และอาโปธาตุในสิ่งที่เรียกว่า เสมหะ นั้น ล้วนมีความเสมอเหมือนกันในฐานะเป็นอาโปธาตุ แม้อาโปธาตุในบ่อน้ำ สระน้ำ หรือแม่น้ำ เป็นอาทิ ย่อมมิใช่สัตว์บุคคล โดยนัยเดียวกัน อาโปธาตุซึ่งมีอยู่ในสิ่งที่เรียกว่า เสมหะ นั้น ก็มิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ "ตัวเรา" ด้วย*

๓. ***หนอง*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของอาโปธาตุในร่างกาย ฯลฯ*

๔. ***เลือด*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของอาโปธาตุในร่างกาย ฯลฯ*

๕. ***เหงื่อ*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของอาโปธาตุในร่างกาย ฯลฯ*

๖. ***มันข้น*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของอาโปธาตุในร่างกาย ฯลฯ*

ควรเติมข้อความที่ละไว้เหล่านั้นให้สมบูรณ์ แล้วนำมากำหนดภาวนาเป็นเวลาราว ๑ สัปดาห์ หลังจากนั้น ให้เจริญภาวนาต่อไปอีก ๑ สัปดาห์ โดยรวมเอาปฐวีธาตุ ๒๐ ประเภท มาเป็นอารมณ์แห่งกรรมฐานด้วย

ส่วนที่ ๖

๑. ***น้ำตา*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของอาโปธาตุในร่างกาย ฯลฯ*

๒. ***มันเหลว*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของอาโปธาตุในร่างกาย ฯลฯ*

๓. ***น้ำลาย*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของอาโปธาตุในร่างกาย ฯลฯ*

๔. ***น้ำมูก*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของอาโปธาตุในร่างกาย ฯลฯ*

๕. ***ไขข้อ*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของอาโปธาตุในร่างกาย ฯลฯ*

๖. ***น้ำมูตร*** *นี้เป็นส่วนหนึ่งของอาโปธาตุในร่างกาย ฯลฯ*

ให้เจริญภาวนาดังกล่าวแล้วนี้เป็นเวลา ๑ สัปดาห์ หลังจากนั้น นำเอาธาตุส่วนต่างๆที่ได้ปฏิบัติผ่านมาแล้ว ฝึกรวมกันตามลำดับต่อไปอีก ๑ สัปดาห์

ส่วนที่ ๗

เตโชธาตุในร่างกายมี ๔ ประเภท คือ เตโชธาตุทำหน้าที่ให้ความอบอุ่น เตโชธาตุทำหน้าที่ให้ร่างกายเสื่อมโทรม เตโชธาตุทำหน้าที่ให้ร่างกายกระวนกระวาย และเตโชธาตุทำหน้าที่ย่อยอาหาร ดังนี้ เตโชธาตุซึ่งมีอยู่ในร่างกายและเตโชธาตุซึ่งมีอยู่ในที่ต่างๆทั้งหลายนอกร่างกาย จะเป็นไฟ ความอบอุ่นหรือความเย็นก็ตาม ล้วนมีความเสมอเหมือนกันในฐานะเป็นเตโชธาตุ อันเตโชธาตุซึ่งมีอยู่ในที่ต่างๆนอกร่างกาย จะเป็นไฟ ความอบอุ่น หรือความเย็นก็ตาม ย่อมมิใช่สัตว์บุคคล โดยนัยเดียวกัน เตโชธาตุซึ่งมีอยู่ในร่างกายก็มิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ "ตัวเรา" ด้วย

วาโยธาตุในร่างกายมี ๖ ประเภท คือ ลมพัดขึ้นเบื้องบน ลมพัดลงเบื้องต่ำ ลมในท้อง ลมในลำไส้ ลมพัดไปมาตามลำตัว ลมหายใจเข้าและออก ดังนี้ ลมซึ่งมีอยู่ในที่ว่างโดยรอบร่างกายก็ดี ลมซึ่งเป็นไปภายในร่างกายก็ดี ล้วนมีความเสมอเหมือนกันในฐานะเป็นวาโยธาตุ อันวาโยธาตุซึ่งมีอยู่ในที่ต่างๆโดยรอบร่างกาย ย่อมมิใช่สัตว์บุคคล โดยนัยเดียวกัน วาโยธาตุซึ่งมีอยู่ในร่างกายก็มิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ “ตัวเรา” ด้วย

อากาศธาตุอันมีอยู่ตามช่องว่างต่างๆในร่างกาย เป็นต้นว่ารูหูหรือรูจมูกก็ดี หรือในระหว่างกลาปทั้งหลายมีปฐวีกลาป เป็นต้นก็ดี หรืออากาศธาตุที่มีอยู่ภายนอกร่างกายก็ดี ล้วนมีความเสมอเหมือนกันในฐานะเป็นอากาศธาตุ และอากาศธาตุซึ่งมีอยู่ในที่ต่างๆโดยรอบร่างกาย ย่อมมิใช่สัตว์บุคคล โดยนัยเดียวกัน อากาศธาตุซึ่งมีอยู่ในร่างกายก็มิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ “ตัวเรา” ด้วย

พึงเจริญภาวนาโดยใช้เตโชธาตุ วาโยธาตุ และอากาศธาตุเป็นอารมณ์ตามวิธีการดังกล่าวนี้เป็นเวลา ๑ สัปดาห์ หลังจากนั้น ให้เจริญภาวนาโดยนำเอาธาตุต่างๆทั้งหมดมาพิจารณาเป็นอารมณ์อีก จนมีความเข้าใจในรูปธาตุอย่างแจ่มแจ้งชัดเจน เมื่อได้ฝึกฝนเจริญภาวนาโดยนัยพิสดารตามที่ได้พรรณนามานี้ จนกระทั่งมีความรู้แจ้งในธาตุทั้งหลายเป็นอย่างดีแล้ว ให้ใช้วิธีปฏิบัติแบบลัดสั้นต่อไป ดังนี้

สรรพสิ่งในร่างกายนี้ ซึ่งมีลักษณะหยาบกระด้าง หรือมีลักษณะแข็ง สิ่งเหล่านั้นทั้งหมดล้วนเป็นปฐวีธาตุ ก็ปฐวีธาตุนั้นไม่อาจรับรู้สิ่งใดๆได้ ทั้งไม่อาจทำกิริยาอาการใดๆด้วยตนเองได้ ย่อมมิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ “ตัวเรา” ด้วยเช่นกัน

สรรพสิ่งในร่างกายนี้ ซึ่งมีลักษณะไหลไป หรือมีลักษณะเชื่อมติดกัน สิ่งเหล่านั้นทั้งหมดล้วนเป็นอาโปธาตุ ก็อาโปธาตุนั้นไม่อาจรับรู้สิ่งใดๆได้ ทั้งไม่อาจทำกิริยาอาการใดๆด้วยตนเองได้ ย่อมมิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ “ตัวเรา” ด้วยเช่นกัน

สรรพสิ่งในร่างกายนี้ ซึ่งมีหน้าที่ให้ความอบอุ่น ทำให้รู้สึกกระวนกระวาย และทำหน้าที่ย่อยอาหาร สิ่งเหล่านั้นทั้งหมดล้วนเป็นเตโชธาตุ ก็เตโชธาตุนั้นไม่อาจรับรู้สิ่งใดๆได้ ทั้งไม่อาจทำกิริยาอาการใดๆด้วยตนเองได้ ย่อมมิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ "ตัวเรา" ด้วยเช่นกัน

สรรพสิ่งในร่างกายนี้ ซึ่งมีลักษณะพัดไหวไปมา หรือมีลักษณะให้สูดหายใจเข้าออก สิ่งเหล่านั้นทั้งหมดล้วนเป็นวาโยธาตุ ก็วาโยธาตุนั้นไม่อาจรับรู้สิ่งใดๆได้ ทั้งไม่อาจทำกิริยาอาการใดๆด้วยตนเองได้ ย่อมมิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ "ตัวเรา" ด้วยเช่นกัน

สรรพสิ่งในร่างกายนี้ ซึ่งมีลักษณะเป็นช่องว่าง สิ่งเหล่านั้นทั้งหมดล้วนเป็นอากาศธาตุ ก็อากาศธาตุนั้นไม่อาจรับรู้สิ่งใดๆได้ ทั้งไม่อาจทำกิริยาอาการใดๆด้วยตนเองได้ ย่อมมิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล ทั้งมิใช่ "ตัวเรา" ด้วยเช่นกัน

เมื่อได้เพียรปฏิบัติภาวนาโดยใช้รูปธาตุเป็นอารมณ์ ทั้งโดยนัยพิสดารและโดยนัยสังเขปดังได้อธิบายมานี้ จนมีความเข้าใจอย่างชัดเจนเป็นอย่างดีแล้ว ตลอดจนมีความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้งในสภาวะอันปราศจากความเป็นสัตว์บุคคลของรูปธาตุเหล่านั้นด้วย จากนั้น พึงเริ่มต้นเจริญภาวนาโดยพิจารณาวิญญาณธาตุเป็นอันดับต่อไป

๕ ทิฏฐิวิสุทธิ (๒)

วิญญาณธาตุและปสาทรูป

ในสรีระนี้อันสำเร็จขึ้นด้วยรูปธาตุทั้งหลายมีปฐวีธาตุเป็นอาทิ ยังมีธาตุอีกชนิดหนึ่งอยู่ เรียกว่า วิญญาณธาตุ อันวิญญาณธาตุที่กล่าวถึงนี้ ย่อมเป็นผู้เห็น เป็นผู้ได้ยิน เป็นผู้เสวยความสุข ความทุกข์ ย่อมรับรู้ความดี ความชั่วเป็นต้น ย่อมเป็นผู้สั่งการให้ร่างกายกระทำการต่างๆ อาทิเช่น เดินไป เดินมา กิน ดื่ม หรือพูดคุยสนทนา หากปราศจากวิญญาณธาตุเสียแล้ว ร่างกายนี้ย่อมเป็นประดุจท่อนไม้ ไม่อาจรับรู้สิ่งใดๆ ไม่ได้ยินเสียงใดๆ ทั้งไม่อาจรับรู้ความสุขหรือความทุกข์เป็นต้นได้ ไม่สามารถกระทำกิริยาอาการใดๆ เป็นต้นว่า เดินไปเดินมา หรือกินดื่มได้ ถูกทอดทิ้งอยู่ในที่ใด ย่อมตั้งอยู่ในที่นั้นโดยไม่ไหวติง จนเน่าเปื่อยไปในที่สุด

เหตุนั้น ร่างของซากศพซึ่งปราศจากวิญญาณธาตุ จึงไม่อาจเห็นสิ่งใด ไม่อาจได้ยิน และไม่อาจรับรู้ความสุขทุกข์ใดๆเป็นต้นได้เลย ร่างที่ตายไปแล้วนั้น ย่อมไม่อาจกระทำกิริยาอาการใดๆ ดังนั้น ความสำคัญมั่นหมายในรูปกายนี้ ซึ่งปราศจากสภาวะแห่งสัตว์บุคคล ว่าเป็นสัตว์เป็นบุคคล ย่อมเกิดมีขึ้นได้เพราะอาศัยวิญญาณธาตุอันสัมพันธ์อยู่กับรูปกายนั่นเอง ความสำคัญมั่นหมาย

เกี่ยวกับรูปกายโดยความเป็นสัตว์บุคคลจะลดน้อยลงไปได้ ก็ด้วยการหยั่งรู้อาการที่รูปกายและวิญญาณธาตุซึ่งเป็นสภาวธรรม ๒ ประเภทแยกต่างหากจากกัน ความยึดมั่นในความเป็นสัตว์บุคคลย่อมเป็นไปอย่างรุนแรงเนื่องเพราะวิญญาณธาตุ ความสำคัญมั่นหมายเช่นนี้ ไม่อาจถูกทำลายให้ลดน้อยลงได้โดยง่ายดุจความยึดมั่นในรูปกาย เพราะเหตุนั้น พึงตั้งความเพียรอย่างยิ่งยวดเพื่อเจริญภาวนาเกี่ยวกับวิญญาณธาตุเถิด

ยังมีรูปอีก ๒๔ ชนิด เรียกว่า *อุปาทายรูป* ซึ่งดำรงอยู่ได้ด้วยการอาศัยรูปที่เป็นประธานทั้ง ๔ เหล่านั้น มีปฐวีเป็นต้น อันเป็นแดนเกิดแห่งสรีระร่างกายของสัตว์ทั้งหลาย เมื่อได้เห็นแจ้งในสภาวะอันปราศจากสัตว์และบุคคลแห่งรูปทั้ง ๔ ที่เป็นประธานเหล่านั้นแล้ว ความสำคัญมั่นหมายเกี่ยวกับรูปเล็กๆ น้อยๆ ในฐานะเป็นสัตว์บุคคล ย่อมหมดสิ้นไปเป็นธรรมดา ดังนั้น จึงไม่ได้นำรูปเหล่านั้นมาอธิบายไว้ในส่วนที่ว่าด้วยวิธีการเจริญภาวนาโดยใช้รูปเป็นอารมณ์ แม้กระนั้นก็ตาม ความรู้โดยทั่วไปเกี่ยวกับรูปดังกล่าว ย่อมเป็นประโยชน์ต่อโยคาวจรอยู่นั่นเอง ในบรรดาอุปาทายรูปทั้งหลาย มีรูป ๖ ชนิด ซึ่งเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดวิญญาณธาตุ และเป็นแดนอาศัยแห่งวิญญาณธาตุ รูปทั้ง ๖ นี้ เป็นสิ่งที่ต้องรู้จักไว้ เพื่อประโยชน์ในการทำความเข้าใจเกี่ยวกับสภาวะแห่งวิญญาณธาตุ รูปทั้ง ๖ ประเภทที่เป็นแดนอาศัยแห่งวิญญาณธาตุ ได้แก่ จักขุปสาทรูป โสตปสาทรูป ฆานปสาทรูป ชิวหาปสาทรูป กายปสาทรูป และหทัยรูป

จักขุปสาทรูป

คำว่า *ปสาทะ* แปลว่า ความผ่องใส หรือแวววาว ในดวงตาของเราทั้งหลายย่อมมีความผ่องใสแวววาวอยู่โดยทั่วไป แต่ทั้งหมดนั้นไม่เรียกว่า จักขุปสาทรูป เฉพาะบริเวณกลางดวงตามีวงสีดำอยู่ เรียกว่า ตาดำ ตรงกลางตาดำนั้น มีความผ่องใสแวววาวเป็นเยื่ออยู่ ๗ ชั้น ขนาดโดยประมาณราวหัวของตัวเห็บ นี้แหละที่เรียกกันว่า จักขุปสาทรูป สิ่งของทั้งหลายที่อยู่ในสายตา ณ เบื้องหน้าย่อมสะท้อนภาพลงสู่ภายในความผ่องใส (จักขุปสาทรูป) นี้ ดุจเดียวกับภาพที่อยู่เบื้องหน้าแผ่นกระจกเงา ย่อมสะท้อนลงสู่แผ่นกระจกนั้นเช่นกัน

โสตปสาทรูป

โสตปสาทรูปตั้งอยู่ในตำแหน่งเล็กๆในก้นบึ้งของช่องหู กรณีของเสียง ย่อมมีอวัยวะที่เหมาะสมมารองรับอยู่โดยเฉพาะ เช่นเดียวกับในกรณีของรูป สิ่งนั้นหาใช่ความผ่องใสซึ่งสะท้อนภาพให้ปรากฏแก่ดวงตาไม่ คลื่นภาพจากรูปย่อมสะท้อนลงสู่ความผ่องใสแวววาวในกระจกเป็นต้น ฉันใด คลื่นเสียงย่อมสะท้อนลงสู่โสตปสาทรูป ด้วยความเหมาะสมลงตัวที่สอดคล้องต่อการรองรับเสียงนั้นเช่นกัน

ฆานปสาทรูป

ฆานปสาทรูปเป็นประสาทสัมผัสที่มีเค้าร่องรอยอยู่ภายในโพรงจมูก ลักษณะคล้ายรอยกลีบเท้าแพะ กลิ่นที่ลอยมาตามสายลม จะเป็นกลิ่นที่ดีหรือไม่ดีก็ตาม ย่อมเข้าไปสู่ช่องโพรงจมูก และสัมผัสกับฆานปสาทรูป ณ ที่นั้น

ชิวหาปสาทรูป

ชิวหาปสาทรูปเป็นประสาทสัมผัสที่ตั้งอยู่ ณ จุดหนึ่งในส่วนกลางของลิ้น มีลักษณะรูปรอยคล้ายส่วนปลายของกลีบดอกบัว ปสาทรูปนี้มีความเหมาะสมต่อการรับรสของอาหารที่รับประทานเข้าไป และสัมผัสกับชิวหาปสาทรูป ณ ที่นั้น

กายปสาทรูป

นี้เป็นสภาวธรรมชนิดหนึ่ง ซึ่งตั้งอยู่โดยทั่วไปในสรีระร่างกายแทบทั้งสิ้น มีความเหมาะสมต่อการรองรับสัมผัสของวัตถุต่างๆที่มากระทบ ไม่ว่าวัตถุนั้นๆ จะมีคุณลักษณะที่เป็นความแข็ง ความอ่อนนุ่ม ความอบอุ่น หรือความเย็นเป็นต้นก็ตาม

หทัยรูป

นี้เป็นสภาวธรรมชนิดหนึ่ง ซึ่งอิงอาศัยโลหิตในปริมาณราวครึ่งไพนต์

(pint) อันมีอยู่ภายในซอกหลืบของหัวใจ มีลักษณะแวดล้อมที่เหมาะสมต่อการเข้าไปอาศัยของวิญญาณธาตุ โดยทั่วไปแล้ว วิญญาณธาตุ (จิต) ส่วนใหญ่ล้วนอิงอาศัยสภาวธรรมที่ได้ชื่อว่า หทัยรูป นี้แหละเป็นหลัก ในฐานะเป็นแดนเกิด

วิญญาณธาตุ

วิญญาณธาตุนี้เป็นตัวรู้ ซึ่งได้แก่ จิต นั่นเอง แม้โดยลักษณะสภาวธรรมจะมีเพียงหนึ่งเดียว แต่เมื่อกล่าวโดยแดนเกิด หรือเหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดวิญญาณย่อมแบ่งประเภทออกเป็น ๖ ชนิดด้วยกัน คือ จักขุวิญญาณ โสตวิญญาณ ฆานวิญญาณ ชิวหาวิญญาณ กายวิญญาณ และมโนวิญญาณ ในคัมภีร์พระอภิธรรมมีการอธิบายแจกแจงถึงเจตสิกธรรม ซึ่งเกิดขึ้นพร้อมกับจิตด้วย แต่จะไม่นำมาแสดงไว้ ณ ที่นี้ ในขณะเจริญวิปัสสนา ขอท่านเพียงแต่กำหนดไว้ในใจว่า วิญญาณธาตุนั้นย่อมหมายถึงจิตซึ่งเกิดขึ้น โดยมีเจตสิกธรรมเกิดขึ้นพร้อมกัน และมีเจตสิกธรรมเหล่านั้นประกอบอยู่ด้วยนั่นเอง

จักขุวิญญาณ

ภาพที่อยู่เบื้องหน้าแผ่นกระจกเงาย่อมสะท้อนลงสู่กระจกบานนั้น ตามลักษณะที่ภาพนั้นเป็นไปอยู่จริง แม้ฉันใด โดยนัยเดียวกัน วัตถุที่ตั้งอยู่ ณ เบื้องหน้าสภาวะอันผ่องใสซึ่งเรียกว่า จักษุประสาท หรือ จักขุปสาทรูป ย่อมสะท้อนภาพลงสู่จักษุประสาทนั้น นี้เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดจากสภาวะการกระทบซึ่งกันและกัน ระหว่างจักขุปสาทรูปกับภาพสะท้อนของวัตถุดังกล่าวนั่นเอง ความรู้เกี่ยวกับวัตถุที่ปรากฏ ย่อมเกิดขึ้นจากการกระทบกันระหว่างปัจจัย ๒ สิ่ง คือ ฉายาของภาพจากวัตถุนั้นและจักขุปสาทรูป มีอุปมาประหนึ่งการเสียดสีกันระหว่างก้านไม้ขีดไฟกับด้านข้างของกล่องไม้ขีด ก่อให้เกิดเปลวไฟขึ้นมา ซึ่งแต่เดิมเปลวไฟนั้นมิได้มีอยู่ก่อนเลย ไม่ว่าจะเป็นในก้านไม้ขีดไฟหรือด้านข้างของกล่อง หรือเปรียบได้กับการที่ฝ่ามือกระทบกับกลอง ย่อมก่อให้เกิดเสียงดังซึ่งเสียงนั้นมิได้มีอยู่แต่เดิมเลย ไม่ว่าจะในฝ่ามือหรือในกลองนั้นก็ตาม เนื่องเพราะจิตรู้นั้นเกิดขึ้นในประสาททางตา จึงเรียกว่า จักขุวิญญาณ การเกิดขึ้น

ของจักขุวิญญาณนั้นแหละ คือ สิ่งที่เรามักพูดกันว่า รูปปรากฏแก่สายตา หรือ การเห็นรูป

ครั้นเมื่อจักขุวิญญาณดับลงแล้ว ผู้คนย่อมพูดกันว่า ได้ดูชมแล้ว หรือ ได้เห็นแล้ว แม้พวกเขาจะกล่าวว่า ได้เห็นแล้ว หรือ ได้ดูแล้ว เนื่องเพราะจักขุวิญญาณได้เกิดขึ้นแล้วก็ตาม ในปรากฏการณ์นี้หาได้มีสิ่งที่เรียกว่า ตัวตน (อัตตา) หรือ สัตว์บุคคล ที่เป็น “ผู้เห็น“ ก็หามิได้ ถ้ามีตัวตนอันใดอยู่ภายในสรีระนี้ ซึ่งมีความสามารถมองเห็นได้เองแล้วไซร้ ตัวตนนั้นย่อมสมควรเห็นได้โดยไม่ต้องอาศัยสภาวะการกระทบกันระหว่างปัจจัยทั้ง ๒ คือ จักษุประสาทและคลื่นสะท้อนของภาพแต่อย่างใด อีกประการหนึ่ง ในเวลาไม่ประสงค์มองดูสิ่งใด แม้ฉายาของภาพจากวัตถุสิ่งนั้นสะท้อนมากระทบกันกับประสาททางตา เขาย่อมสมควรเป็นอยู่โดยไม่เห็นภาพนั้นเลยได้ แต่ปรากฏการณ์ทั้ง ๒ ย่อมเป็นไปเอง (ตามเหตุปัจจัย) โดยไม่เกี่ยวข้องกันกับความต้องการหรือไม่ต้องการของใครๆ จึงสมควรตราเอาไว้เสียเลยว่า ใน “การเห็น” นั้น นอกจากจักขุวิญญาณแล้ว สิ่งอื่นใดที่เป็นตัวตน กล่าวคือ เป็นสัตว์บุคคล อันมีอยู่ภายในสรีระร่างกายนี้ที่เป็น “ผู้เห็น” หามีไม่โดยแท้

การที่มนุษย์ทั้งหลายพากันกล่าวว่า ข้าพเจ้าเห็นอยู่ หรือ ข้าพเจ้าได้เห็นแล้ว นั่นย่อมเป็นเพราะความไม่เฉลียวใจว่า ทั้งหมดนั้นเป็นเพียงปรากฏการณ์ทางจักขุวิญญาณ กลับเข้าใจผิดไปว่า นั่นเป็นตัวตนของตนเองที่เป็นผู้เห็น แม้จักขุวิญญาณก็เป็นสภาวธรรมที่เกิดขึ้นได้โดยอิงอาศัยเหตุปัจจัยเช่นกัน จะเกิดขึ้นโดยไม่ประกอบด้วยเหตุปัจจัยหาได้ไม่ เสียงกลองดังขึ้นได้เพราะอาศัยฝ่ามือที่ตีลงไป ครั้นยกฝ่ามือขึ้นแล้ว เสียงกลองนั้นย่อมหายไป ข้อนี้แม้ฉันใด ในทำนองเดียวกัน จักขุวิญญาณที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมดับไปในขณะนั้นไม่อาจดำรงอยู่ต่อไปได้เช่นกัน จักขุวิญญาณล้วนต้องดับไปโดยไม่อาจตั้งอยู่ได้ด้วยตนเอง แม้แต่เทวดาหรือมนุษย์ใดๆก็ตาม ย่อมไม่สามารถสร้างสรรค์จักขุวิญญาณให้เกิดขึ้นได้ ทั้งไม่อาจรักษาจักขุวิญญาณที่เกิดขึ้นแล้วให้ดำรงคงอยู่ได้ โดยไม่ดับไปด้วยเช่นกัน

โสตวิญญาณ

คลื่นภาพของวัตถุทั้งหลายที่ปรากฏแก่สายตาของเรา ย่อมมีลักษณะรูปร่างตามวัตถุนั้นโดยอาการ เช่นขนาดเล็กหรือใหญ่ เป็นต้น ในทำนองเดียวกันเสียงที่ปรากฏแก่หูของเราย่อมมีลักษณะอันเหมาะสมแก่เสียงโดยอาการ เช่นเสียงดังน้อยหรือมาก เป็นต้น แต่เสียงย่อมมิใช่สัญญาณที่อาจปรากฏแก่สายตาได้ เสียงเป็นสภาวธรรมชนิดหนึ่งซึ่งอยู่ในวิสัยของโสตประสาทเท่านั้น ไม่อาจปรากฏแก่สายตาดุจดังภาพของวัตถุทั้งหลาย ซึ่งสะท้อนลงสู่แผ่นกระจกเงาทั้งไม่อยู่ในวิสัยแห่งจักขุปสาทรูปด้วย แต่คลื่นเสียงย่อมกระทบกับโสตประสาทซึ่งเป็นสภาวะผ่องใสที่เหมาะควรต่อการรองรับคลื่นเสียง และมีความไวต่อการสัมผัสกับคลื่นเสียงนั้น ในขณะที่มีการกระทบกันและกันนั้นเอง ความรับรู้เกี่ยวกับเสียงย่อมเกิดขึ้นทางโสตประสาท ดุจเดียวกับการเกิดขึ้นในกรณีของจักขุวิญญาณ ณ เวลาที่มีการกระทบกันระหว่างรูปและประสาททางตา เพราะเหตุที่ความรู้ทางเสียงนั้นอาศัยโสตประสาทเกิดขึ้น จึงเรียกว่า โสตวิญญาณ ปรากฏการณ์ที่เรามักพูดกันว่า เป็นการได้ยินเสียงนั้น แท้จริงแล้ว คือการเกิดขึ้นของโสตวิญญาณนี้นั่นเอง

นอกจากความรับรู้เกี่ยวกับเสียง อันเกิดขึ้นเพราะอาศัยการกระทบกันระหว่างคลื่นเสียงกับโสตปสาทรูปแล้ว ภายในร่างกายนี้หามีตัวตนซึ่งเป็น “ผู้ฟัง” อยู่ไม่ ถ้าโสตวิญญาณไม่เกิดขึ้น โสตปสาทรูปก็ไม่มีความสามารถได้ยินเสียงใดๆด้วยตนเองได้ เนื่องเพราะผู้คนทั้งหลายไม่สำเหนียกว่า ความรับรู้ทางเสียงของโสตวิญญาณย่อมเกิดมีขึ้น เพราะอาศัยเหตุปัจจัยซึ่งเกื้อหนุนให้ได้ยินเสียงหรือให้รับรู้เสียงได้ เหตุนั้น จึงเผลอเข้าใจไปว่า “ข้าพเจ้าเป็นผู้ฟัง” “ข้าพเจ้าเป็นผู้ได้ยินเสียง” ทั้งยังเห็นผิดเพี้ยนต่อไปว่า โสตวิญญาณนั้นแหละเป็น “ตัวตน” ถ้าโสตวิญญาณไม่เกิดมีขึ้น การได้ยินเสียงก็เป็นไปไม่ได้ ถ้าคลื่นเสียงไม่กระทบกับโสตประสาท โสตวิญญาณก็ไม่อาจเกิดขึ้นได้เช่นกัน จึงควรทำความเข้าใจให้ได้ว่า นอกจากโสตวิญญาณแล้ว ตัวตนที่เป็น “ผู้ได้ยิน” อื่นใดหามีอยู่ไม่ แม้โสตวิญญาณก็เป็นสภาวธรรมที่เกิดขึ้นด้วยการประกอบกันของเหตุปัจจัย ดังนั้น อัตตาหรือตัวตนก็ดี สัตว์บุคคลก็ดี จึงมิได้มีอยู่จริง

ฆานวิญญาณ

กลิ่นทั้งหลายอันมีอยู่ในวัตถุต่างๆนั้น ย่อมรวมเข้ากับสายลม และฟุ้งกระจายไปในทิศทางที่ลมพัดไปนั่นเอง ลมซึ่งเจือปนด้วยกลิ่นอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ว่าจะเป็นกลิ่นที่ดีหรือไม่ดีก็ตาม ย่อมพัดโชยเข้าไปทางโพรงจมูก สู่จุดอันเป็นที่ตั้งของฆานประสาท กลิ่นซึ่งมากับสายลมนั้น ย่อมกระทบกับฆานประสาทในที่นั้นนั่นเอง เพราะอาศัยเหตุปัจจัยดังกล่าว ความรับรู้เกี่ยวกับกลิ่นจึงเกิดขึ้นได้ เหตุเพราะความรับรู้หรือวิญญาณนั้นเกิดขึ้นทางฆานประสาท จึงได้ชื่อว่า ฆานวิญญาณ ถ้าแม้นไม่มีการกระทบกันระหว่างกลิ่นกับฆานประสาท และฆานวิญญาณมิได้เกิดขึ้น ความรับรู้กลิ่นก็มีขึ้นไม่ได้เช่นกัน การที่ผู้คนมักพูดกันว่า “ข้าพเจ้าได้กลิ่นเหม็นหรือได้กลิ่นหอม” หรือ “ข้าพเจ้ารู้สึกเหม็นหรือรู้สึกหอม” หาใช่เป็นเพราะมีอัตตา “ตัวตน” ซึ่งมีความสามารถในการรับรู้กลิ่นไม่ แต่เป็นไปเพราะความเข้าใจไขว้เขวว่า ฆานวิญญาณนั้นแหละเป็นตัวอัตตา

ชิวหาวิญญาณ

สิ่งที่รับประทานเข้าไปมีอาหารเป็นต้น เมื่อผสมกับน้ำลายหรือน้ำแล้วกลับกลายเป็นคำข้าวที่ย่อยเหลว เมื่อล่วงผ่านเข้าไปยังจุดอันเป็นที่ตั้งของชิวหาปสาทรูป เกิดการกระทบกันกับต่อมประสาทรับรส ความรับรู้เกี่ยวกับรสของข้าวน้ำที่รับประทานเข้าไปย่อมเกิดขึ้น เหตุเพราะจิตที่รับรู้รสนั้นอาศัยชิวหาประสาทแล้วเกิดขึ้น จึงได้ชื่อว่า ชิวหาวิญญาณ การที่พูดกันว่า “ข้าพเจ้ารับรู้รส” หรือ “ข้าพเจ้าได้รับรส” ย่อมเป็นเพราะความสับสนว่า ชิวหาวิญญาณนั้นแหละ เป็นอัตตา “ตัวตน” โดยแท้

กายวิญญาณ

เมื่อมีวัตถุสิ่งใดมากระทบกับร่างกาย ซึ่งเป็นที่ตั้งของกายปสาทรูป ความรับรู้ย่อมเกิดขึ้นในกายประสาทนั้น เกี่ยวกับความแข็ง ความอ่อนนุ่ม ความคม ความแหลม ความเย็น ความอบอุ่น การถูกผลักไส และการเคลื่อนไหวของวัตถุนั้น เหตุเพราะจิตที่รับรู้กายสัมผัสนั้นอาศัยประสาททางกายเกิดขึ้น

จิตนั้นจึงได้ชื่อว่า กายวิญญาณ

ความรู้เกี่ยวกับกายสัมผัสย่อมเกิดขึ้นได้ด้วยลักษณะ ๓ ประการ กล่าวคือ (๑) ในเวลาที่ได้สัมผัสกับสิ่งที่เป็นกลางๆ คือ ไม่เชิงหนักไปในทางก่อเกิดความสุขหรือความทุกข์ ความรับรู้ในสภาวะอย่างใดอย่างหนึ่งของวัตถุนั้น เช่น ความหยาบกระด้างหรือความอ่อนนุ่ม เป็นต้น ย่อมเกิดขึ้น (๒) เมื่อการสัมผัสเป็นเหตุให้เกิดความรู้สึกสุขสบาย สภาวะทางวัตถุเป็นต้นว่า ความหยาบกระด้างและความอ่อนนุ่ม ย่อมถูกบดบัง ลำดับนั้น สุขเวทนาย่อมปรากฏเด่นขึ้น ทำให้มีความรู้สึกสุขสบาย (๓) ครั้นได้รับการสัมผัสอันเป็นเหตุให้เกิดความเจ็บปวด สภาวะทางวัตถุย่อมถูกบดบังไป ลำดับนั้น ทุกขเวทนาย่อมปรากฏเด่นชัดขึ้น ความรับรู้ย่อมเป็นไปในทางเจ็บปวด ดังนี้ เวทนาเป็นต้นว่า ความปวดหัว ปวดหู ปวดฟัน ย่อมเกิดขึ้นจากเหตุปัจจัย เช่น ลม เป็นอาทิ อันมีอยู่ภายในร่างกาย แล่นไปกระทบเสียดสีกับส่วนอื่นในร่างกาย เพราะกายวิญญาณไม่อาจเกิดขึ้นได้โดยปราศจากการกระทบสัมผัส คำพูดที่ว่า “ข้าพเจ้ารู้สึกสบาย” ย่อมมาจากความสำคัญมั่นหมายว่า กายวิญญาณอันประกอบด้วยสุขเวทนานั้นเป็นอัตตา แม้ผู้ที่กล่าวว่า “ข้าพเจ้ารู้สึกเจ็บปวด” ก็ย่อมเป็นเพราะเขาสำคัญมั่นหมายเอาว่า กายวิญญาณเป็นอัตตาเช่นเดียวกันนั่นเอง

มโนวิญญาณ

นอกจากจิต ๕ ดวง มีจักขุวิญญาณเป็นต้น อันเกิดขึ้นเพราะอาศัยปสาทรูปทั้ง ๕ มีจักขุปสาทรูปเป็นต้นแล้ว จิตที่เหลือทั้งหมดล้วนได้ชื่อว่ามโนวิญญาณ ลักษณะเฉพาะของวิญญาณ คือ *วิชานนะ* หรือความรู้ แต่ *วิชานนลักษณะ* ของวิญญาณนี้ หาได้ปรากฏเด่นชัดเสมอไปไม่ จะปรากฏชัดเจนเฉพาะในขณะมีวัตถุหรือเหตุการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งเป็นอารมณ์ให้รับรู้ แต่ในสถานการณ์อื่นๆ มโนวิญญาณย่อมปรากฏเด่นชัดโดยผ่านทางลักษณะของเจตสิกดวงใดดวงหนึ่งเท่านั้น

ในบางโอกาสเจตสิกบางดวงมีลักษณะเด่นชัดมาก จนถึงกับปกปิดหรือ “ข่ม” วิชานนลักษณะของจิตไปเลยก็มี เป็นเหตุให้ลักษณะของเจตสิกดวงนั้น

ชัดเจนขึ้นมา เจตสิกธรรมที่ทำให้เกิดกิริยาอาการต่างๆ เป็นต้นว่า การเดินไป เดินมา การกิน การดื่ม วางสิ่งของลง ยกสิ่งของขึ้น การวิ่ง การยึดจับสิ่งของไว้เป็นต้น ได้แก่ตัวเจตนาหรือความตั้งใจนั่นเอง ในเวลาที่วิญญาณ (จิต) เกิดขึ้น อันเป็นเหตุให้กระทำกิริยาอาการต่างๆเหล่านั้น เช่น การเดินไป เดินมา เป็นอาทิ ผู้คนหาได้รู้สึกไม่ว่า นั่นเป็นเรื่องของวิญญาณที่กำลังเป็นไปอยู่ แต่ย่อมมีความเข้าใจว่า เป็นเรื่องของความตั้งใจหรือมุ่งมั่นในการกระทำนั้นๆ ที่เป็นเช่นนี้ย่อมเป็นเพราะว่า เจตนาเจตสิกได้ปิดบังวิชานนลักษณะของวิญญาณเอาไว้นั่นเอง

ในขณะที่วิญญาณหรือจิตเกิดขึ้น พร้อมด้วยความรู้สึกปีติอย่างรุนแรงเกี่ยวกับเรื่องหนึ่งใดก็ตาม ในเวลานั้น บุคคลมักไม่ค่อยตระหนักถึงอาการที่วิญญาณกำลังเกิดขึ้นอยู่ แต่ย่อมโน้มเอียงไปในทางที่เห็นว่า ความปีติกำลังเกิดขึ้นเป็นหลัก ที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะว่า ลักษณะเด่นของปีติเจตสิกได้ปกปิดลักษณะ “รู้” ของวิญญาณเอาไว้นั่นเอง ขณะที่วิญญาณเกิดขึ้นพร้อมกับความโลภอย่างรุนแรง ในเวลานั้น บุคคลมักไม่เข้าใจว่า แท้จริงวิญญาณกำลังเกิดขึ้น แต่กลับรู้สึกไปว่า ความโลภได้เกิดขึ้นแล้ว เหตุที่เป็นดังนี้ก็เพราะว่า ลักษณะของวิญญาณได้ถูกสภาวะแห่งความโลภปิดบังเอาไว้นั่นเอง เจตสิกที่มีธรรมชาติปิดบังหรือ “ข่ม” ลักษณะของวิญญาณดังที่ได้ยกตัวอย่างมานี้ มีอยู่มากมายนัก แต่เจตสิกย่อมไม่อาจเกิดขึ้นได้ไม่ว่าในกาลไหนๆ โดยปราศจากการเกิดขึ้นของวิญญาณหรือจิต ดุจเดียวกับสีสันย่อมไม่อาจมีขึ้นหรือตั้งอยู่ได้ โดยไม่มีวัตถุเป็นที่รองรับสีเหล่านั้น อย่างไรก็ตาม พึงเข้าใจเอาไว้ด้วยว่า วิญญาณย่อมถูกลักษณะของเจตสิกที่เกิดขึ้นปิดบังหรือข่มเอาไว้ได้ ดุจเดียวกับสีปกปิดวัตถุที่รองรับสีนั้นอยู่เช่นกัน

สมควรตราไว้ด้วยว่า ณ เวลาที่เราตระหนักถึงลักษณะของเจตสิกดวงใดดวงหนึ่งอยู่ ในเวลาเช่นนั้น ย่อมมีวิญญาณหรือจิตเกิดร่วมด้วยเสมอไป เพราะเหตุที่ลักษณะของจิตมักถูกปิดบังไว้ด้วยลักษณะของเจตสิกทั้งหลายเช่นนี้เอง เราจึงไม่อาจตามพิจารณามโนวิญญาณจากวิชานนลักษณะเพียงเท่านั้นได้ ในที่นี้พึงทราบว่า ความรับรู้ทั้งหมดนอกเหนือไปจากวิญญาณทั้ง ๕ (มีจักขุวิญญาณเป็นต้น) แล้วสภาวธรรมทั้งหลายทั้งปวงอันเกิดขึ้นในจิตตสันดานของสัตว์

บุคคล เป็นต้นว่า ความมุ่งมั่นในการกระทำกิจใดๆ ความสุข ความทุกข์ ความต้องการ ความรัก ความโกรธ ความเศร้าโศก ความรังเกียจเดียดฉันท์ ความริษยา ความสงสัย ความเลื่อมใส ความละอาย ความเมตตา ความกรุณา เป็นอาทิ ล้วนมีอยู่ในมโนวิญญาณทั้งสิ้น

วิญญาณธาตุทั้ง ๕ มีจักขุวิญญาณธาตุเป็นต้น ย่อมเกิดขึ้นจากเหตุ คือ การกระทบกันระหว่างอารมณ์กับปสาทรูปทั้ง ๕ ส่วนมโนวิญญาณนั้นโดยทั่วไปแล้ว ย่อมเกิดขึ้นเพราะอิงอาศัยวิญญาณทั้ง ๕ เหล่านั้นนั่นเอง ดังจะเห็นได้ว่า อันเนื่องมาจากการกระทบกันระหว่างฉายาของภาพและประสาททางตา การเห็นหรือจักขุวิญญาณย่อมเกิดขึ้นก่อนในเบื้องแรก ถ้าภาพที่เห็นเป็นภาพงดงาม มโนวิญญาณอันประกอบด้วยความอยากย่อมเกิดขึ้นเป็นลำดับต่อไป ต่อจากนั้น มโนวิญญาณอีกดวงหนึ่งซึ่งตั้งความปรารถนาเพื่อได้ภาพนั้นมาเป็นของตน ย่อมเกิดขึ้น ครั้นแล้ว มโนวิญญาณอันพิจารณาถึงอุบายเพื่อให้ได้ภาพนั้นมา ย่อมเกิดขึ้น และแล้วมโนวิญญาณที่สั่งดำเนินการตามอุบายนั้น จึงเกิดตามมาเป็นอันดับต่อไป หลังจากนั้น มโนวิญญาณซึ่งตั้งใจดูแลรักษาภาพที่ได้มา ย่อมเกิดขึ้น ด้วยอาการเช่นนี้ อาศัยเพียงการเห็นภาพในเบื้องแรก มโนวิญญาณย่อมเกิดต่อเนื่องสืบทอดตามกันมาเป็นสาย แต่ถ้าสิ่งที่จักขุวิญญาณได้พบเห็นเป็นภาพที่น่าหวาดกลัว มโนวิญญาณซึ่งประกอบด้วยโทสะย่อมเกิดขึ้น ติดตามมาด้วยการเกิดขึ้นของมโนวิญญาณซึ่งคิดวิ่งหนีไปให้ไกลจากสิ่งที่พบเห็นนั้น แม้วิญญาณที่เหลืออื่นๆ มีโสตวิญญาณเป็นต้น ก็เป็นเช่นเดียวกันนี้ คือ ย่อมทำให้มโนวิญญาณต่างๆ เกิดต่อเนื่องสืบทอดต่อไปได้อย่างยืดยาวยิ่งนัก

การที่จิตเกิดต่อเนื่องอย่างไม่ขาดสายเช่นนี้ จะเป็นเพราะสัตว์หรือบุคคลใดทำให้เกิดมีขึ้น หรือมีอำนาจใดควบคุมไว้ก็หามิได้ จักขุวิญญาณย่อมเกิดขึ้นเพราะการกระทบกันระหว่างรูปกับจักษุประสาท โดยไม่ต้องมีบุคคล (อัตตา) เข้ามายุ่งเกี่ยวหรือดำเนินการแต่อย่างใด ในทำนองเดียวกัน มโนวิญญาณทั้งหลายย่อมเกิดขึ้นเพราะอาศัยจักขุวิญญาณและอารมณ์ (ภาพ) ที่จักขุวิญญาณได้เห็นแล้วนั่นเอง ไม่ว่าจะเป็นมโนวิญญาณที่เข้าไปยึดติด หรือเข้าไปเป็นปฏิปักษ์ต่อสิ่งที่ได้พบเห็นนั้นก็ตาม ถ้าเป็นอารมณ์ที่สวยงามหรือถูกใจ มโนวิญญาณย่อมคิด

เข้าไปเสาะหา ถ้าเป็นอารมณ์ที่น่าหวาดกลัว ย่อมคิดวิ่งหนีไป แต่ถ้าเป็นอารมณ์ที่น่ารังเกียจ ย่อมคิดเบือนหน้าหนีไปทางอื่นเสีย ดังนี้

ผู้ที่ไม่เข้าใจในสภาวธรรมตามความเป็นจริงเหล่านี้ ย่อมหลงผิดไปด้วยประการต่างๆ โดยยึดถือเอาวิญญาณซึ่งเกิดมีขึ้นโดยอาการเช่นนั้น และเป็นไปตามเหตุปัจจัยนั้นๆ ว่าเป็นอัตตาตัวตน หรือเป็นของๆตน จึงสำคัญมั่นหมายว่า "ข้าพเจ้าเห็น" "ข้าพเจ้าต้องการ" "ข้าพเจ้าแสวงหา" "ข้าพเจ้าทำงาน" "ข้าพเจ้าหวาดกลัว" "ข้าพเจ้ารังเกียจ" "ข้าพเจ้าคิดคำนึง" "ข้าพเจ้ามีความยินดี" "ข้าพเจ้าเศร้าโศก" "ข้าพเจ้าให้ทาน" "ข้าพเจ้ารักษาศีล" เป็นต้น เราจึงควรพิจารณาอยู่เนืองๆ ถึงอาการที่กระแสจิตเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องเพราะอาศัยเพียงเหตุปัจจัย โดยไม่มีผู้ใดสรรค์สร้างจิตเหล่านั้นขึ้นมา เพื่อทำลายความเห็นผิดดังกล่าวเสีย ควรสอบถามจากครูอาจารย์ หรือสนทนากับท่านผู้รู้ หลังจากทำความเข้าใจเกี่ยวกับสภาวะของวิญญาณธาตุดังกล่าวแล้ว ขอจงใช้เวลาเจริญภาวนาเกี่ยวกับวิญญาณธาตุตามแนวทางซึ่งจะได้แสดงต่อไป เพื่อทำความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องนั้นให้เจริญยิ่งขึ้น และหนักแน่นมั่นคงยิ่งขึ้นด้วย

บทภาวนาวิญญาณธาตุ

๑. *จักขุวิญญาณย่อมเกิดขึ้นได้ เพราะอาศัยการกระทบกันระหว่างฉายาของภาพกับประสาททางตา โดยไม่มีบุคคลใดทำให้เกิดขึ้น ทั้งไม่จำเป็นต้องมีความพยายามของตนเองทำให้เกิดขึ้นด้วย ยิ่งไปกว่านั้น จักขุวิญญาณย่อมไม่มีส่วนรับรู้ว่า ตัวเองได้เกิดขึ้นแล้วในจักษุประสาท หรือตัวเองได้เห็นรูปแล้ว เพราะเหตุนั้น จักขุวิญญาณธาตุ จึงมิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล มิใช่สภาวะแห่งตัวตน แต่เป็นเพียงวิญญาณธาตุชนิดหนึ่งเท่านั้น*

๒. *โสตวิญญาณย่อมเกิดขึ้นได้ เพราะอาศัยการกระทบกันระหว่างคลื่นเสียงกับประสาททางหู โดยไม่มีบุคคลใดทำให้เกิดขึ้น ทั้งไม่จำเป็นต้องมีความพยายามของตนเองทำให้เกิดขึ้นด้วย ยิ่งไปกว่านั้น โสตวิญญาณย่อมไม่มีส่วนรับรู้ว่า ตัวเองได้เกิดขึ้นแล้วในโสตประสาท*

หรือตัวเองได้ยินเสียงแล้ว เพราะเหตุนั้น โสตวิญญาณธาตุจึงมิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล มิใช่สภาวะแห่งตัวตน แต่เป็นเพียงวิญญาณธาตุชนิดหนึ่งเท่านั้น

๓. ฆานวิญญาณย่อมเกิดขึ้นได้ เพราะอาศัยการกระทบกันระหว่างกลิ่นกับประสาททางจมูก โดยไม่มีบุคคลใดทำให้เกิดขึ้น ทั้งไม่จำเป็นต้องมีความพยายามของตนเองทำให้เกิดขึ้นด้วย ยิ่งไปกว่านั้น ฆานวิญญาณย่อมไม่มีส่วนรับรู้ว่า ตัวเองได้เกิดขึ้นแล้วในฆานประสาท หรือตัวเองได้รู้สัมผัสกลิ่นแล้ว เพราะเหตุนั้น ฆานวิญญาณธาตุจึงมิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล มิใช่สภาวะแห่งตัวตน แต่เป็นเพียงวิญญาณธาตุชนิดหนึ่งเท่านั้น

๔. ชิวหาวิญญาณย่อมเกิดขึ้นได้ เพราะอาศัยการกระทบกันระหว่างรสกับประสาททางลิ้น โดยไม่มีบุคคลใดทำให้เกิดขึ้น ทั้งไม่จำเป็นต้องมีความพยายามของตนเองทำให้เกิดขึ้นด้วย ยิ่งไปกว่านั้น ชิวหาวิญญาณย่อมไม่มีส่วนรับรู้ว่า ตัวเองได้เกิดขึ้นแล้วในชิวหาประสาท หรือตัวเองได้รู้สัมผัสรสแล้ว เพราะเหตุนั้น ชิวหาวิญญาณธาตุจึงมิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล มิใช่สภาวะแห่งตัวตน แต่เป็นเพียงวิญญาณธาตุชนิดหนึ่งเท่านั้น

๕. กายวิญญาณย่อมเกิดขึ้นได้ เพราะอาศัยการกระทบกันระหว่างวัตถุกับประสาททางร่างกาย โดยไม่มีบุคคลใดทำให้เกิดขึ้น ทั้งไม่จำเป็นต้องมีความพยายามของตนเองทำให้เกิดขึ้นด้วย ยิ่งไปกว่านั้น กายวิญญาณย่อมไม่มีส่วนรับรู้ว่า ตัวเองได้เกิดขึ้นแล้วในกายประสาท หรือตัวเองได้รู้กายสัมผัสแล้ว เพราะเหตุนั้น กายวิญญาณธาตุจึงมิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล มิใช่สภาวะแห่งตัวตน แต่เป็นเพียงวิญญาณธาตุชนิดหนึ่งเท่านั้น

๖. มโนวิญญาณย่อมเกิดขึ้นได้ เพราะอาศัยการประกอบรวมกันระหว่างอารมณ์กับมโนทวาร โดยไม่มีบุคคลใดทำให้เกิดขึ้น ทั้งไม่จำเป็นต้องมีความพยายามของตนเองทำให้เกิดขึ้นด้วย มโนวิญญาณธาตุ

จึงมิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล มิใช่สภาวะแห่งตัวตน แต่เป็นเพียงวิญญาณธาตุชนิดหนึ่งเท่านั้น

ถ้าสามารถเจริญภาวนาด้วยมโนวิญญาณให้พิสดารออกไปได้อีก ย่อมเป็นการดียิ่งขึ้นโดยแท้ แต่ในที่นี้จะพรรณนาไว้โดยนัยสังเขป ด้วยเกรงว่าจะเป็นการยากเกินไปสำหรับโยคาวจร เมื่อโยคาวจรได้เจริญภาวนาเกี่ยวกับรูปธาตุและวิญญาณธาตุโดยนัยที่ได้อธิบายมาแล้ว ถ้าเป็นไปได้ พึงศึกษาเรื่องขันธ์ ๕ อายตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ ให้เข้าใจชัดเจน และเจริญภาวนาตามแนวทางเหล่านั้นด้วย ทั้งนี้ เพื่อชำระนามรูปปริจเฉทญาณให้บริสุทธิ์หมดจดยิ่งขึ้น เพราะการปฏิบัติดังกล่าว ย่อมทำให้นามรูปปริจเฉทญาณบริสุทธิ์บริบูรณ์ขึ้นได้อย่างแน่นอน

แม้โยคาวจรจะเพียรภาวนาเกี่ยวกับนามรูปอยู่เช่นนี้ จนสภาวะแห่งนามรูปปรากฏเด่นชัดว่า สิ่งนั้นๆมิใช่สัตว์ มิใช่บุคคล และนอกเหนือไปจากนามรูปทั้ง ๒ แล้ว จะมีสิ่งอื่นใดตั้งอยู่ในฐานะเป็นสัตว์เป็นบุคคลก็หามิได้ แต่ความสำคัญมั่นหมายและความเคยชินเกี่ยวกับนามรูป อันเป็นไปในขันธสันดานตลอดกาลเวลาอันยาวนาน อาจทำให้ความยึดมั่นในสัตว์บุคคลเกิดขึ้นต่อไปซ้ำแล้วซ้ำเล่าอยู่เนืองๆ ด้วยเหตุนั้น จึงควรท่องจำข้อความต่อไปนี้ และนำมากำหนดพิจารณา เพื่อบรรเทาความสำคัญมั่นหมายในสัตว์บุคคลและความเป็นตัวตน ให้เบาบางและอ่อนกำลังลงไปอีก

บทภาวนารวมนามและรูป

๑. *โลกนี้มีแต่เพียงนามรูปเท่านั้น ที่มีอยู่จริงในฐานะเป็นปรมัตถสัจจะ ธรรมเหล่านั้นทั้งมิใช่สัตว์ ทั้งมิใช่บุคคล ทั้งมิใช่อัตตาตัวตน อุปมาดังเด็กน้อย เอากรวดทรายใส่ลงไปในกะลามะพร้าวแล้วกล่าวว่า นี้เป็นข้าวปลาอาหาร แต่โดยความเป็นจริง นอกจากกรวดทรายแล้ว สิ่งที่เป็นข้าวปลาอาหารหามีไม่ โดยนัยเดียวกันนั้นแหละ แม้จะตั้งชื่อให้แก่ธรรมทั้งหลายกล่าวคือนามรูปด้วยประการต่างๆ เป็นต้นว่า สัตว์ บุคคล ข้าพเจ้า ท่าน คุณนาย นายท่าน หัวหน้า คุณชาย ดังนี้*

ทั้งหมดนั้นแท้จริงย่อมเป็นเพียงนามรูป มิใช่สัตว์ บุคคล หรือตัวตนแต่อย่างใด ทั้งไม่มีคุณนาย นายท่าน หัวหน้า หรือคุณชายด้วย จะมีก็แต่เพียงคำพูดเท่านั้น

๒. *เมื่อวัสดุก่อสร้างต่างๆ เช่น ก้อนหิน คอนกรีต ไม้ กระเบื้อง เป็นต้น ตั้งอยู่ในลักษณะอย่างใดอย่างหนึ่ง ชื่อสมมุติเรียกว่า "บ้าน" ย่อมเกิดขึ้น โดยนัยเดียวกันนั้นแหละ เมื่อมีนามรูปตั้งอยู่ ย่อมก่อเกิดชื่อเรียกต่างๆ เช่น สัตว์ บุคคล ตัวตน เป็นต้น*

๓. *เพราะความที่ไม่มีสรีระ นามธรรมจึงไม่สามารถกระทำกิริยาอาการต่างๆ เช่น การเดินไป เป็นต้นได้ และเพราะไม่มีความรับรู้ใดๆ แม้รูปธรรมก็ไม่สามารถกระทำกิริยาอาการต่างๆ เช่น การเดินไป เป็นต้นได้ ต่อเมื่อนามและรูปทั้ง ๒ มารวมเข้าด้วยกันแล้ว จึงเกิดกิริยาอาการต่างๆ เช่น การเดินไป เป็นต้นได้*

๔. *นามธรรมย่อมอาศัยรูปกายเป็นไป เหมือนมนุษย์ทั้งหลายอาศัยเรือแล่นไปในห้วงน้ำ ส่วนรูปกายย่อมอาศัยนามธรรมเป็นไป เหมือนเรือย่อมแล่นไปในห้วงน้ำได้ เพราะอาศัยมนุษย์นั้นแล*

๕. *นามธรรมย่อมเป็นไปได้เพราะอิงอาศัยรูปธรรม และรูปธรรมย่อมเป็นไปได้เพราะอิงอาศัยนามธรรม มีอุปมาดังท่อนไม้ ๒ มัดที่ตั้งพิงกันและกันอยู่ เมื่อมัดหนึ่งล้มลง อีกมัดหนึ่งย่อมล้มตามไปด้วยฉันใด นามธรรมและรูปธรรมทั้ง ๒ นั้น เมื่อสิ่งหนึ่งดับลง อีกสิ่งหนึ่งย่อมดับลงด้วยเช่นกัน ฉันนั้นแล*

๖. *สังขารธรรมทั้งหลาย กล่าวคือ นามธรรมและรูปธรรมเหล่านี้อย่างใดอย่างหนึ่ง ย่อมไม่สามารถเกิดขึ้นหรือตั้งอยู่ได้ด้วยตนเอง ต้องอิงอาศัยธรรมเหล่าอื่นเป็นเหตุปัจจัยจึงเกิดขึ้นได้ และต้องอิงอาศัยธรรมเหล่าอื่นเป็นเหตุปัจจัยจึงตั้งอยู่ได้ สังขารธรรมซึ่งจำเป็นต้องอิงอาศัยธรรมเหล่าอื่นจึงเป็นไปได้นั้น ย่อมอ่อนแอและเปราะบางยิ่งนัก*

ควรเจริญภาวนารวมนามธรรมและรูปธรรมเข้าด้วยกันเช่นนี้ เป็นเวลา

สัก ๒ สัปดาห์ หรือ ๑ เดือน และเพียรเพ่งพิจารณาตามความเป็นจริงอย่างแยบคาย ด้วยว่ากิจที่พึงปฏิบัติเพื่อการเจริญทิฏฐิวิสุทธิย่อมหมดลงแต่เพียงเท่านี้ สำหรับนักปฏิบัติผู้เพียรเจริญภาวนาตามแนวทางดังกล่าวแล้ว จนมีความเชี่ยวชาญ ย่อมบรรลุผลจากการปฏิบัติ สามารถเห็นแจ้งในนามธรรมและรูปธรรมทั้ง ๒ โดยอาการแยกส่วนต่างหากจากกันอย่างชัดเจน ทำให้สามารถกำจัดความหลงผิดอันเคยมีมาแต่กาลก่อน และบรรเทาทิฏฐิว่า ธรรมเหล่านั้นเป็นสัตว์บุคคลให้เบาบางลงได้ จนเกิดความเห็นอันบริสุทธิ์หมดจดในนามรูป นี้แหละเป็นทิฏฐิวิสุทธิ ต่อแต่นี้ไป เขาย่อมเห็นสตรีหรือบุรุษเป็นดังภาพมายา กิเลสทั้งหลายมีราคะเป็นต้น ที่เคยเกิดฟุ้งขึ้นในกาลก่อนเพราะได้เห็นสตรีหรือบุรุษนั้น มาบัดนี้ สามารถแน่ใจได้ว่าจะไม่เกิดขึ้นอีกต่อไป

ครั้นได้ฝึกฝนอบรมตนโดยนัยนี้ โยคาวจรย่อมประจักษ์ชัดถึงอาการที่ความหลงผิดอันเคยมีมาในกาลก่อน ได้เบาบางหายไป ทั้งตระหนักว่า ความเห็นอันบริสุทธิ์เกี่ยวกับนามรูปย่อมเกิดขึ้นในตนแล้ว จากนั้น พึงเริ่มต้นเจริญกังขาวิตรณวิสุทธิให้เกิดมีขึ้น แต่ถ้ายังไม่เข้าใจชัดเจนในนามรูป และยังมีทิฏฐิหรือความเห็นอยู่ว่า สัตว์มีอยู่ บุคคลมีอยู่ อัตตาตัวตนมีอยู่ ดังนี้ ก็ไม่ควรรีบด่วนปฏิบัติในขั้นต่อไป ควรกลับมาทบทวนเจริญทิฏฐิวิสุทธิภาวนาอีกวาระหนึ่งตั้งแต่เริ่มต้นเลยทีเดียว ส่วนที่ยากยิ่งในการเจริญวิปัสสนาภาวนา และเป็นส่วนที่ต้องใช้เวลามากเป็นพิเศษ ก็คือส่วนที่ว่าด้วยทิฏฐิวิสุทธิภาวนานี้นั่นเอง

จบวิธีเจริญทิฏฐิวิสุทธิภาวนาแต่เพียงเท่านี้

๖
กังขาวิตรณวิสุทธิ*

เหตุที่เราท่านต่างละวางความสุขในกามคุณทั้ง ๕ ประการ อันเป็นสิ่งที่หอมหวานยิ่งนักสำหรับปุถุชนทั้งหลาย แล้วพากันเพียรเพ่งเจริญวิปัสสนาภาวนาด้วยความเหนื่อยยากเป็นอันมาก และด้วยความอดทนเป็นอย่างยิ่งนั้น ย่อมเป็นเพราะว่า ความเป็นไปอย่างต่อเนื่องของนามรูป ซึ่งเป็นกองทุกข์โดยแท้นี้ หาที่สิ้นสุดมิได้แม้หลังจากความตายในชาตินี้ไปแล้วก็ตาม แต่ย่อมดำรงสืบต่อข้ามพ้นความตายนั้นอย่างไม่รู้จบสิ้น ด้วยการอุบัติขึ้นใหม่ซ้ำแล้วซ้ำเล่าในชาติภพน้อยใหญ่ อย่างไม่มีขอบเขตกำหนดแห่งกาลเวลา

ถ้านามรูปเป็นสิ่งที่ดับสูญไปเองหลังจากความตาย จะมีความจำเป็นอันใดด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนาเล่า? เพราะความหลุดพ้นจากทุกข์ย่อมเป็นไปตามธรรมชาติอยู่แล้วนั่นเอง แม้จะมีคำสอนยืนยันอยู่ว่า ขบวนการเกิดต่อเนื่องของนามรูป ย่อมไม่ดับสูญไปจากลำดับห่วงสายโซ่แห่งชาติภพน้อยใหญ่ คือย่อมมีการเกิดสืบต่ออย่างไม่ขาดสายไปในเบื้องหน้า แต่สำหรับปุถุชนแล้วกลับมีความรู้สึกว่า นั่นเป็นเรื่องไม่แน่นอน เป็นเรื่องที่ชวนให้น่าสงสัย ความสงสัยเช่นนี้ย่อมเป็นเหตุให้ความเพียรพยายามของโยคาวจรอ่อนกำลังลง และทำให้เกิดความท้อถอยได้ เมื่อท้อถอยอยู่อย่างนี้ โยคาวจรซึ่งกำลังมุ่งปฏิบัติไปใน

* อันดับที่ ๔ ในวิสุทธิ ๗

เบื้องหน้า ย่อมไม่มีทางบรรลุโลกุตตรมรรคอันประเสริฐ ซึ่งบรรลุถึงได้ด้วยวิปัสสนาภาวนาเท่านั้น

เหตุนั้น ความสงสัยจึงเป็นอุปสรรคอันยิ่งใหญ่ต่อการบรรลุโลกุตตรมรรค การจะกำจัดสิ่งใดๆให้สำเร็จได้โดยง่าย ไม่ว่าสิ่งนั้นจะเป็นอะไรก็ตาม ข้อสำคัญคือ ต้องรู้เหตุเกิดขึ้นของสิ่งนั้นเสียก่อน

การตัดกระแสภพชาติ (หรือขบวนการเกิดอย่างต่อเนื่อง) ในเบื้องหน้าของนามรูป ซึ่งเป็นกองทุกข์นี้ก็เช่นเดียวกัน จำเป็นต้องค้นหาเหตุที่แท้จริงให้ได้เสียก่อน ผู้คนมากหลายต่างยกสิ่งนั้นสิ่งนี้ขึ้นมาแสดง ในฐานะเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดนามรูป ทำให้ปุถุชนคนทั่วไปไม่แน่ใจว่า สิ่งนั้นๆเป็นเหตุที่แท้จริง จึงต่างแสดงความสงสัยในเหตุปัจจัยโดยนัยต่างๆกัน ถ้าแม้นไม่รู้จักเหตุตัวจริงอย่างแน่นอน การกำจัดเหตุนั้นย่อมไม่มีทางเป็นไปได้ ดังนั้น ความไม่แน่ใจเกี่ยวกับเหตุปัจจัยและความสงสัยในเรื่องนี้ จึงเป็นอุปสรรคอันยิ่งใหญ่ต่อการบรรลุมรรคญาณ ความกังขาในธรรมทั้ง ๒ ประการนี้ นับว่าเป็น ๒ อุปสรรคสำคัญ ที่คอยขวางกั้นโยคาวจรผู้เจริญทิฏฐิวิสุทธิให้เกิดขึ้นแล้ว มิให้ก้าวหน้าต่อไปได้ ซึ่งโดยทั่วไปแล้ว ย่อมยังมีความสงสัยอื่นๆเป็นอุปสรรคขวางกั้นอยู่เช่นกัน สิ่งที่โยคาวจรควรกระทำในบัดนี้ เพื่อกำจัดความสงสัยเหล่านั้นทั้งสิ้นให้หมดไป และเปิดหนทางสว่างไปสู่พระนิพพาน คือ การเจริญกังขาวิตรณวิสุทธิให้เกิดมีขึ้นนั่นเอง

ญาณหยั่งรู้อันบริสุทธิ์เกี่ยวกับเหตุปัจจัยของนามรูป ซึ่งทำลายความสงสัยทั้งปวงอันเป็นไปในกาลทั้ง ๓ ให้หมดสิ้นได้ เป็นต้นว่า ในอดีตชาติเราได้เป็นอยู่หรือ? หรือว่ามิได้เป็นอยู่? ถ้าเป็นอยู่ ย่อมเป็นอยู่ในที่ใด? เราเกิดมานี้เป็นชาติแรกหรือ? หรือว่าเกิดในที่ใดมาก่อน แล้วจึงมาเกิดในชาตินี้? เราเกิดมาได้อย่างไร? รูปเป็นตัวเราหรือ? หรือว่านามเป็นตัวเรา? ธรรมทั้ง ๒ นั้นเป็นตัวเราหรือ? หรือว่าสิ่งอื่นใดนอกจากธรรมทั้ง ๒ นั้นเป็นตัวเรา? เบื้องหน้าแต่ตายเราย่อมดับสูญหรือ? หรือว่าเราจักเกิดใหม่อีก? ถ้าเกิดใหม่ จักเกิดในที่ใด? จักเกิดด้วยอาการอย่างไร? ดังนี้ ความเห็นแจ้งที่ขจัดความสงสัยเหล่านั้นเสียได้ ชื่อว่า กังขาวิตรณวิสุทธิ

วิธีการในปฏิจจสมุปบาท

การเจริญกังขาวิตรณวิสุทธิให้เกิดมีขึ้นนั้น ย่อมเป็นไปได้ด้วยการศึกษาและทำความเข้าใจอย่างลึกซึ้งเกี่ยวกับเหตุปัจจัย ซึ่งนำไปสู่การเกิดขึ้นของนามรูป แต่เหตุปัจจัยของนามรูปนั้น มีแสดงเอาไว้โดยนัยต่างๆกัน หนึ่งในนั้นซึ่งจะนำมาอธิบายในที่นี้ คือ นัยแห่งปฏิจจสมุปบาท ซึ่งแม้พระผู้มีพระภาคของเรา ย่อมบรรลุความเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ ก็ด้วยการที่ทรงพิจารณาปฏิจจสมุปบาท ทั้งโดยนัยอนุโลมและปฏิโลมนั่นเอง ดังนั้น จึงสมควรกล่าวว่าปฏิจจสมุปบาทเป็นธรรมที่มีอุปการะอย่างยิ่งยวดสำหรับการเจริญภาวนา เพื่อยังกังขาวิตรณวิสุทธิให้เกิดมีขึ้น

ปฏิจจสมุปบาทในภาษาบาลี

อวิชฺชาปจฺจยา สงฺขารา สงฺขารปจฺจยา วิญฺญาณํ วิญฺญาณปจฺจยา นามรูปํ นามรูปปจฺจยา สฬายตนํ สฬายตนปจฺจยา ผสฺโส ผสฺสปจฺจยา เวทนา เวทนาปจฺจยา ตณฺหา ตณฺหาปจฺจยา อุปาทานํ อุปาทานปจฺจยา ภโว ภวปจฺจยา ชาติ ชาติปจฺจยา ชรามรณโสกปริเทวทุกฺขโทมนสฺสุปายาสา สมฺภวนฺติ เอวเมตสฺส เกวลสฺส ทุกฺขกฺขนฺธสฺส สมุทโย โหติ

คำแปล

เพราะอวิชชาเป็นปัจจัยจึงเกิดสังขาร (การปรุงแต่งเป็นบุญหรือบาป)
เพราะสังขารเป็นปัจจัยจึงเกิด (ปฏิสนธิ) วิญญาณ
เพราะวิญญาณเป็นปัจจัยจึงเกิดนามรูปทั้ง ๒ ขึ้น
เพราะนามรูปเป็นปัจจัยจึงเกิดอายตนะ ๑๒
เพราะอายตนะเป็นปัจจัยจึงเกิดผัสสะ
เพราะผัสสะเป็นปัจจัยจึงเกิดเวทนา
เพราะเวทนาเป็นปัจจัยจึงเกิดตัณหา
เพราะตัณหาเป็นปัจจัยจึงเกิดอุปาทาน (ความยึดมั่นถือมั่น)
เพราะอุปาทานเป็นปัจจัยจึงเกิดภพ

เพราะภพเป็นปัจจัยจึงเกิดชาติ (การเกิดใหม่)

เพราะชาติเป็นปัจจัยจึงเกิดชรา มรณะ ความเศร้าโศก ปริเทวนาการ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาส (ความคับแค้นใจ)

ความทุกข์โดยส่วนเดียวแท้ๆ ย่อมเกิดขึ้นได้ด้วยอาการอย่างนี้แล

คำอธิบาย

อวิชฺชาปจฺจยา สงฺขารา

คำว่า *อวิชชา* หมายถึง ความไม่รู้อริยสัจ ๔ ขยายความได้ว่า อวิชชาคือความไม่รู้เกี่ยวกับความจริง ๔ ประการ อันได้แก่ ไม่รู้เรื่องความทุกข์ ไม่รู้เหตุที่แท้จริงของความทุกข์ ไม่รู้จักความสุขที่แท้จริง และไม่รู้จักเหตุแห่งความสุขที่แท้จริง ดังนี้ แม้ที่กล่าวว่า “ไม่รู้ ไม่รู้” นี้ ก็มิได้หมายความเพียงสักแต่ว่า “ไม่มีความรู้” เท่านั้นหามิได้ แต่มีความรู้อย่างผิดๆต่างหากเล่า จะพูดว่าเป็นโมหะ หรือ ความโง่เขลา ก็ได้เช่นเดียวกัน ซึ่งมีลักษณะคือ ความไม่รู้ นั่นเอง กิจของอวิชชาคือ ปกปิดมิให้สัตว์ทั้งหลายเห็นสัจธรรมตามความเป็นจริง ทำให้หลงงมงาย และนำไปสู่หนทางที่ผิด เปรียบได้กับความมืด หรือเป็นเหมือนแผ่นกระจกบังตาสีเขียว ซึ่งทำให้ม้ามองเห็นหญ้าแห้งเป็นหญ้าสดไปได้นั่นแล

อันมวลรวมแห่งนามรูปหรือเบญจขันธ์ ซึ่งเรียกขานกันว่า สัตว์บุคคล นี้ ย่อมถูกเผาไหม้อยู่ด้วยเปลวไฟ ๑๑ ประการ มีชาติ (การเกิด) เป็นต้น ย่อมต้องทนทุกข์อยู่เป็นนิตย์ด้วยความทุกข์ ๓ ประการ มีสังขารทุกข์เป็นต้น ตราบเท่าที่เบญจขันธ์นี้ยังดำรงอยู่ ทุกขเวทนาทั้งทางกายและทางใจอันอดทนได้ยากยิ่งและเต็มไปด้วยความเจ็บปวดยิ่งนัก ย่อมเกิดขึ้นอยู่ร่ำไป ดังนั้น การดำรงอยู่แห่งเบญจขันธ์จึงเป็นความทุกข์อย่างหนึ่ง และเป็นความโหดร้ายชนิดหนึ่งด้วย แต่สำหรับบุคคลผู้ไม่อาจมองเห็นทุกขสัจ เพราะดวงจิตถูกห่อหุ้มอยู่ด้วยอวิชชา เบญจขันธ์ย่อมปรากฏแก่เขาในฐานะเป็นสิ่งสวยงามยิ่งนัก เป็นสิ่งประเสริฐยิ่งนัก การดำรงอยู่ของเบญจขันธ์ล้วนเป็นความสุข ความดับสิ้นไปแห่งเบญจขันธ์เป็นความโหดร้าย และเป็นสภาพน่าหวาดกลัว

บุคคลใดถูกอำนาจแห่งอวิชชาเข้าครอบงำ และมีความเห็นในเบญจขันธ์ว่า สิ่งนั้นเป็นความสุข เขาย่อมมีความปรารถนาอย่างรุนแรงในเบญจขันธ์ เขาย่อมมีความต้องการเป็นอย่างยิ่ง เพื่อดำรงรักษาเบญจขันธ์นั้นมิให้ดับสิ้นไป แต่ให้คงอยู่ตลอดไปนั่นเทียว นี้แหละคือสิ่งที่เรียกกันว่า "ตัณหา" อันเนื่องด้วยอำนาจแห่งตัณหานั้นเอง ขบวนการต่อเนื่องแห่งนามรูปจึงไม่อาจสิ้นสุดลง ณ มรณกาล แต่ย่อมเกิดใหม่อีกต่อไปอยู่แล้วๆเล่าๆ เหตุดังนั้น ตัณหาจึงเป็นต้นเหตุที่แท้จริงของความทุกข์กล่าวคือเบญจขันธ์ แต่สำหรับบุคคลผู้ไม่อาจมองเห็นทุกขสัจ เพราะดวงจิตถูกห่อหุ้มอยู่ด้วยอวิชชา ตัณหาย่อมปรากฏแก่เขาในฐานะเป็นเหตุให้ได้มาซึ่งความสุข หรือทำให้สามารถเข้าถึงความสุขได้ หาใช่เป็นเหตุแห่งความทุกข์ไม่ ด้วยเหตุนั้น เขาจึงดูแคลนผู้ที่ปราศจากตัณหา และติเตียนผู้ที่อบรมสั่งสอนให้ทำลายละตัณหานั้นด้วย

นิโรธหรือการดับสิ้นโดยไม่มีส่วนเหลือแห่งตัณหา ซึ่งเป็นเหตุให้เกิดทุกข์กล่าวคือเบญจขันธ์อยู่ร่ำไป หรือการดับสิ้นไปแห่งเบญจขันธ์ (โดยอาการที่จะไม่เกิดขึ้นใหม่อีกต่อไป) นั่นแหละคือความสุขที่แท้จริง สิ่งที่ผู้รู้ทั้งหลายมีพระพุทธเจ้าเป็นต้นทรงสรรเสริญและเรียกว่า *พระนิพพาน* นั้น ก็คือสิ่งนี้นั่นเอง สำหรับบุคคลผู้มีดวงจิตอันอวิชชาบดบังอยู่มิให้เห็นความจริงว่า ความสงบดับสิ้นไปแห่งเบญจขันธ์นั้น แท้จริงเป็นนิโรธสัจ เขาย่อมเห็นสภาวะนั้นว่า เป็นความโหดร้ายอย่างยิ่งชนิดหนึ่ง ทั้งยังเป็นความทุกข์ที่น่าสะพรึงกลัว และเป็นเรื่องที่ไม่มีเหตุผลอันสมควรแต่อย่างใดเลย

อริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ เป็นหนทางอันแท้จริงที่นำไปสู่ความสุขอันประเสริฐ เพราะเป็นหลักปฏิบัติที่เที่ยงตรง เพื่อน้อมนำไปสู่พระนิพพานอันเป็นสภาวะดับสิ้นไปแห่งกองทุกข์ แต่สำหรับบุคคลผู้มีดวงจิตอันตัณหาบดบังอยู่มิให้เห็นมรรคสัจนั้นได้ เขาย่อมเห็นการปฏิบัติเช่นนั้นในฐานะเป็นความยากลำบากเปล่า เป็นความโง่งมงายชนิดหนึ่ง เป็นสิ่งที่ไร้คุณประโยชน์ใดๆ และเป็นไปเพื่อความพินาศฉิบหายแต่ฝ่ายเดียวเท่านั้น

เพราะอวิชชาเป็นสภาวะที่ปิดบังมิให้เห็นอริยสัจธรรม และทำให้สัตว์ทั้งหลายหลงทางอยู่เช่นนี้เอง ปุถุชนคนกิเลสหนาผู้มืดบอด จึงเข้าใจผิดไปว่า

เบญจขันธ์อันเป็นกองแห่งทุกข์ล้วนๆนั้น เป็นกองแห่งความสุข เขาย่อมวุ่นวายอยู่ด้วยกิจกรรมทั้งหลาย เพื่อรักษาเบญจขันธ์ในชาติปัจจุบันนี้ไว้ ย่อมปรนเปรอ ย่อมเพียรพยายามดำรงไว้ให้ยาวนาน ย่อมแสวงหาสิ่งต่างๆมาให้ เช่น ข้าว น้ำ เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย เป็นต้น ย่อมประกอบอาชีพเพื่อเลี้ยงดูบุคคลทั้งหลายมีบุตรภรรยาเป็นต้น คือ ทำไร่ไถนา สร้างผลิตผลทางหัตถกรรม ให้บริการต่างๆ หรือทำการค้าขาย ดังนี้ เป็นอาทิ ในบางโอกาสอาจทำบาปกรรมเป็นต้นว่า ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม บางครั้งอาจทำกุศล คือ ทาน ศีล ภาวนา เมื่อทำความดีคือให้ทาน รักษาศีล หรือเจริญภาวนา ย่อมทำไปด้วยความปรารถนาเบญจขันธ์ คือ การได้ไปบังเกิดยังสุคติภพในเบื้องหน้า มีการเกิดในเทวโลกเป็นต้น

การกระทำทั้งหลายทั้งปวงซึ่งเป็นไปเพื่อก่อเกิดเบญจขันธ์นั้น ล้วนชื่อว่าเป็นการปรุงแต่งหรือเป็นสังขารทั้งสิ้น สังขารมิได้มีอยู่ในอวิชชา ทั้งตัวอวิชชาเองก็มิได้เพียรสร้างสรรค์สังขารขึ้นมาหามิได้ แต่ถ้าไม่มีอวิชชาเสียแล้ว บุญหรือบาปทั้งหลายซึ่งเป็นตัวสังขาร ย่อมไม่อาจเกิดมีขึ้นได้ เพราะเหตุนั้น พระพุทธองค์จึงตรัสว่า สังขารย่อมเกิดขึ้นเพราะอาศัยอวิชชาเป็นเหตุปัจจัยนั่นแล

สงฺขารปจฺจยา วิญฺญาณํ

บุคคลผู้หลงผิดอยู่ด้วยอำนาจแห่งอวิชชา แม้มีความปรารถนาอย่างยิ่งใหญ่สักเพียงใดเพื่อการมีชีวิตอยู่ (หรือเพื่อดำรงรักษาขันธ์ทั้ง ๕ ไว้) ไม่ว่าจะต้องทนทุกข์เหนื่อยยากสักเพียงใดเพื่อดำรงรักษาชีวิตนั้นไว้ ย่อมไม่อาจหลีกเลี่ยงจากความชราและความตายไปได้เลย คือ จักต้องตายอย่างแน่นอนที่สุด ในเวลาเช่นนั้น (เวลาตาย) ความปรารถนาเพื่อการดำรงชีวิตอันมีอยู่ในจิตใจของเขา ย่อมเป็นเหตุให้ขบวนการเกิดสืบเนื่องของจิตดำเนินต่อไปอย่างไม่ขาดสาย ครั้นวิญญาณ (จิต) ดวงสุดท้ายในภพชาตินี้แตกดับลง วิญญาณหรือจิตอีกดวงหนึ่งย่อมเกิดขึ้นต่อเนื่องตามลำดับ ในฐานะเป็นจิตซึ่งทำหน้าที่ให้เกิดใหม่ในภพชาติต่อไปเลยทีเดียว เหตุเพราะจิตดวงนี้เกิดขึ้นมา เพื่อทำหน้าที่เชื่อมต่ออดีตชาติกับปัจจุบันชาติเข้าด้วยกัน จิตดวงแรกในภพชาติใหม่จึงได้ชื่อว่า

ปฏิสนธิวิญญาณ

คำว่า *วิญญาณ* ในบทบาลีว่า *สงฺขารปจฺจยา วิญฺญาณํ* ย่อมหมายถึงปฏิสนธิวิญญาณนี้นั่นเอง วิญญาณหรือจิตจะเกิดขึ้น จำต้องอาศัยอารมณ์จึงเกิดได้ ถ้าไม่มีอารมณ์ให้จับยึด วิญญาณย่อมไม่อาจเกิดขึ้นได้เป็นอันขาด อารมณ์สำหรับปฏิสนธิวิญญาณย่อมได้มาจากกรรมในอดีตนั่นแหละ ด้วยว่าในเวลาใกล้ตาย สิ่งที่บุคคลกระทำไว้ในอดีตย่อมปรากฏแก่เขาโดยอาการ ๓ อย่างใดอย่างหนึ่ง คือในฐานะเป็นกรรม กรรมนิมิต และคตินิมิต ปฏิสนธิวิญญาณย่อมยึดเอาสิ่งนี้แหละเป็นอารมณ์ แล้วจึงเกิดขึ้นในฐานะเป็นวิบากหรือผลของอดีตกรรมนั่นเอง

แม้ปฏิสนธิวิญญาณดวงนี้จะอาศัยอวิชชาและตัณหาทั้ง ๒ เป็นเหตุผลักดันให้เกิดขึ้นก็ตาม ถ้าหากไม่มีกรรมมาก่อให้เกิดอารมณ์สำหรับจิต และนำไปสู่วิบากแล้ว วิญญาณย่อมไม่อาจเกิดขึ้นได้ เหตุนั้น พระพุทธองค์จึงตรัสแสดงไว้ในปฏิจจสมุปบาทว่า สังขารเป็นปัจจัยให้เกิดวิญญาณ กล่าวในส่วนอริยสัจธรรมเทศนา เหตุปัจจัยแห่งการเกิดได้แก่ตัณหา จึงควรแยกแยะวิธีการแสดงพระธรรมเทศนาทั้ง ๒ แนวทางนี้ คือ แนวทางในปฏิจจสมุปบาทและแนวทางในอริยสัจ ๔ ขออย่าได้นำเอาแนวทางทั้ง ๒ นี้ มาทำให้สับสนกันเป็นอันขาด

วิญฺญาณปจฺจยา นามรูปํ

เวลาเราจุดประทีปขึ้นในห้องที่มืดมิดแห่งหนึ่ง ในขณะที่ดวงไฟลุกโพลงขึ้น พร้อมๆกับที่ความอบอุ่นแผ่ซ่านไปโดยรอบในบริเวณนั้น แสงสว่างย่อมแผ่ไปทั่วห้องด้วยเช่นกัน ในทำนองเดียวกันนั้นเอง เมื่ออดีตกรรมส่งผลให้วิญญาณธาตุกล่าวคือปฏิสนธิวิญญาณเกิดขึ้น อาศัยปฏิสนธิวิญญาณอันเป็นประธานนั้นแหละเป็นปัจจัย เจตสิกธรรมอื่นๆเป็นอันมาก มีผัสสะ เวทนา สัญญา เจตนา เป็นต้น ย่อมเกิดขึ้นโดยสัมพันธ์กันกับปฏิสนธิวิญญาณนั้น และเกิดขึ้นพร้อมกันกับปฏิสนธิวิญญาณนั้นด้วยเลยทีเดียว วิญญาณเป็นนามธรรม ส่วนเจตสิกก็เป็นนามธรรมที่เกิดขึ้นโดยอาศัยวิญญาณเป็นปัจจัย แม้เจตสิกธรรมเหล่านั้นจะเกิดขึ้นพร้อมกับวิญญาณ แต่ถ้าธรรมอันเป็นประธานกล่าวคือ

วิญญาณไม่เกิดขึ้น เจตสิกธรรมเหล่านั้นย่อมไม่อาจเกิดขึ้นได้เช่นกัน ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า เจตสิกเป็นนามธรรมที่อาศัยวิญญาณเป็นปัจจัยให้เกิดขึ้น

ในภูมิทั้ง ๒ คือ กามภูมิและรูปภูมิ วิญญาณย่อมไม่อาจเกิดมีขึ้นและไม่อาจเป็นไปได้เลย โดยไม่มีพื้นฐานที่ตั้ง ดังนั้น จึงจำเป็นอยู่เองที่ต้องมีภาคส่วนแห่งรูปธรรมเกิดขึ้นมาพร้อมกับวิญญาณด้วย ในฐานะเป็นพื้นฐานที่ตั้งหรือเป็นแดนเกิดแห่งวิญญาณนั้น การเกิดขึ้นของรูปธรรมนี้ ด้านหนึ่งย่อมเป็นเพราะกรรมในอดีต แต่ถ้าหากไม่มีวิญญาณลงมาเกิด (คือไม่มีปฏิสนธิจิตเกิดขึ้น) ก็ย่อมไม่มีการเกิดขึ้นของรูปทั้งหลายเช่นกัน ดังนั้น พระพุทธองค์จึงตรัสแสดงไว้ในปฏิจจสมุปบาทว่า แม้รูปธรรมย่อมเกิดขึ้นโดยอาศัยวิญญาณนั้นแหละเป็นปัจจัย

นามรูปปจฺจยา สฬายตนํ

อายตนะมี ๖ คือ อายตนะทางตา อายตนะทางหู อายตนะทางจมูก อายตนะทางลิ้น อายตนะทางกาย และอายตนะทางใจ แท้จริงแล้ว อายตนะทางตาที่พูดถึงในที่นี้ ย่อมได้แก่จักขุปสาทรูป ซึ่งได้อธิบายไว้แล้วในตอนที่ว่าด้วยทิฏฐิวิสุทธินั่นเอง ส่วนอายตนะทางหู อายตนะทางจมูก อายตนะทางลิ้น และอายตนะทางกาย ก็เช่นเดียวกัน ย่อมได้แก่โสตปสาทรูป ฆานปสาทรูป ชิวหาปสาทรูป และกายปสาทรูป โดยลำดับ สำหรับอายตนะทางใจ (มนายตนะ) ย่อมได้แก่วิญญาณธาตุ

ในเวลาที่ลูกมะพร้าวเริ่มแตกตัว เป็นปุ่มเล็กๆโผล่ออกมาจากดอกมะพร้าว ในปุ่มเล็กๆนั้นหามีสิ่งเหล่านี้ปรากฏอยู่ไม่ เช่น กะลามะพร้าว เนื้อมะพร้าว น้ำมะพร้าว เส้นใยมะพร้าว ต่อเมื่อกาลเวลาผ่านไป ปุ่มเล็กๆนั้นจึงค่อยๆเติบโตขึ้น ทั้งกะลามะพร้าว เนื้อมะพร้าว น้ำมะพร้าว และเส้นใยมะพร้าว จึงปรากฏขึ้น โดยนัยเดียวกัน รูปซึ่งเกิดขึ้นเพราะวิญญาณ อาศัยปัจจัยทั้งหลาย กล่าวคือ กรรม จิต อุตุ อาหาร เจริญเติบโตขึ้น จึงปรากฏอายตนะทั้งหลายมีอายตนะทางตาเป็นต้นได้ ส่วนอายตนะทางกายย่อมเกิดขึ้นพร้อมกับปฏิสนธิวิญญาณ เมื่อสรีระร่างกายเจริญขึ้น อายตนะทางกายย่อมเติบใหญ่ขึ้นเช่นกัน สัตว์บาง

ประเภทย่อมได้อายตนะทั้ง ๕ เกิดขึ้นพร้อมกับปฏิสนธิวิญญาณเลยทีเดียว

ก็แต่ว่า มนายตนะ (ใจ) ย่อมเจริญขึ้นจากเจตสิกทั้งหลายอันเป็นนามธรรมนั้นเอง เมื่อเจตสิกมีโลภะ โทสะ อิจฉา เป็นต้น มีกำลังกล้าขึ้น ขบวนการในวิถีจิตย่อมเกิดต่อเนื่องตามพลังผลักดันแห่งเจตสิกนั้น นี้คืออาการที่มนายตนะหรือวิญญาณย่อมเกิดขึ้น โดยอาศัยนามธรรมเป็นเหตุปัจจัย ปัญหาอาจเกิดขึ้นในที่นี้ได้ คือ ในเบื้องแรก มีบทบาลีว่า *วิญฺญาณปจฺจยา นามรูปํ* หมายถึง นาม (และรูป) ย่อมเกิดขึ้นได้เพราะอาศัยวิญญาณเป็นปัจจัย แต่ในที่นี้กลับกล่าวว่า นามธรรมเดียวกันนั้นแหละ ย่อมเกิดขึ้นเพราะอาศัยอายตนะทางใจซึ่งได้แก่วิญญาณนั้นเอง การกล่าวเช่นนี้จะมีความเหมาะสมในเชิงตรรกะได้อย่างไร? เรื่องนี้สมควรทราบว่า เป็นประดุจกรณีที่ผลไม้ย่อมอาศัยต้นไม้เกิดขึ้น และต้นไม้ย่อมอาศัย (เมล็ด) ผลไม้เกิดขึ้นนั่นแล

ปสาทรูปทั้งหลายมีจักขุปสาทรูปเป็นต้น ย่อมได้ชื่อว่า อายตนะ เพราะความที่เป็นธรรมอันเกื้อกูลต่อขบวนการของวิญญาณ (วิถีจิต) ให้เคลื่อนไปจับยึดอารมณ์ทั้งหลายมีรูปเป็นต้นได้ เป็นเหตุให้สังสารวัฏเนิ่นช้าและยาวนานอยู่ดังนี้

สฬายตนปจฺจยา ผสฺโส

ถ้าแม้นมีแผ่นกระจกที่สามารถรองรับเงาสะท้อนหลากหลายจากรูปภาพต่างๆ เช่น รูปภาพของมนุษย์เป็นต้น เงาสะท้อนของภาพใดๆที่อยู่เบื้องหน้าหรือเข้ามาสู่วิสัยของกระจกแผ่นนั้น ย่อมทอดลงไปหรือหยั่งลงสู่กระจกอย่างแน่แท้ โดยนัยเดียวกัน เมื่อความผ่องใสกล่าวคือจักษุประสาทมีอยู่ ภาพของวัตถุหรือสิ่งมีชีวิตทั้งหลายซึ่งเข้ามาสู่วิสัยแห่งจักษุประสาทนั้น ย่อมสะท้อนเข้าไปภายในจักษุประสาท และถูกบันทึกไว้อย่างแน่นอน อนึ่ง การตีกลองย่อมทำให้เกิดเสียง หรือการกระทบกันระหว่างหิน ๒ ก้อน ย่อมทำให้เกิดประกายไฟ แม้ฉันใด เมื่อเงาสะท้อนของภาพตกลงสู่จักษุประสาท จักขุวิญญาณย่อมเกิดขึ้น แม้ฉันนั้น เวลาที่เราหันหน้ามองไปยังพื้นที่ในวงกว้างและมีแสงสว่างเต็มที่ ภาพสะท้อน (รูป) เป็นหมื่นเป็นแสนย่อมกระทบกับจักษุประสาทเลย

ทีเดียว ในเวลาเช่นนั้น จักขุวิญญาณนับด้วยหมื่นนับด้วยแสนย่อมเกิดขึ้น ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่า ดวงตาแต่ละดวงเป็นเหมือนโรงงานที่ผู้คนนับพันๆกำลังทำงานอยู่ การบรรจบกันของรูป จักขุปสาทรูป และจักขุวิญญาณทั้งหมดนี้ ซึ่งอุบัติขึ้นในดวงตานั้นแหละ ที่เราเรียกว่า ผัสสะ

ผัสสะหรือสัมผัสมีอยู่ ๖ ประเภท คือ จักขุสัมผัส โสตสัมผัส ฆานสัมผัส ชิวหาสัมผัส กายสัมผัส และมโนสัมผัส การประชุมพร้อมกันระหว่างธรรมทั้งหลาย คือ จักษุประสาท รูปที่เห็น และจักขุวิญญาณ นั้นแหละคือจักขุสัมผัส การประชุมพร้อมกันระหว่างธรรมทั้งหลาย คือ โสตประสาท เสียง และโสตวิญญาณ นั้นแหละคือโสตสัมผัส การประชุมพร้อมกันระหว่างธรรมทั้งหลาย คือ ฆานประสาท กลิ่น และฆานวิญญาณ นั้นแหละคือฆานสัมผัส การประชุมพร้อมกันระหว่างธรรมทั้งหลาย คือ ชิวหาประสาท รส และชิวหาวิญญาณ นั้นแหละคือชิวหาสัมผัส การประชุมพร้อมกันระหว่างธรรมทั้งหลาย คือ กายประสาท วัตถุที่สัมผัสได้ และกายวิญญาณ นั้นแหละคือกายสัมผัส การประชุมพร้อมกันระหว่างธรรมทั้งหลาย คือ ภวังคจิตกล่าวคือมโนทวาร ธรรมารมณ์ (สิ่งที่รับรู้ด้วยใจ) และมโนวิญญาณ นั้นแหละคือมโนสัมผัส

พึงศึกษาเทียบเคียงรายละเอียดต่างๆ จากคำอธิบายเกี่ยวกับจักขุสัมผัส โดยนัยที่ได้กล่าวมาแล้ว ถ้าแม้นว่าไม่มีการเกิดขึ้นแห่งอายตนะทั้ง ๖ เหล่านั้น ผัสสะย่อมไม่อาจมีขึ้นได้ เหตุนั้น พระพุทธองค์จึงตรัสแสดงอายตนะ ๖ ไว้ ในฐานะเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดผัสสะ

ผสฺสปจฺจยา เวทนา

คำว่า *เวทนา* นี้ ตามความเข้าใจของชาวโลกโดยทั่วไปแล้ว มักใช้ในความหมายว่าเป็นความทุกข์ แต่ในเรื่องของปฏิจจสมุปบาท สิ่งที่เรียกว่า เวทนา ย่อมเป็นไปในความหมายทั้ง ๒ ด้าน คือ ความสุขและความทุกข์ ด้านที่เป็นความสุขสบายเรียกว่า สุขเวทนา ส่วนด้านที่เป็นความทุกข์เรียกว่า ทุกขเวทนา (ยังมีเวทนาอีกอย่างหนึ่ง เรียกว่า อุเบกขาเวทนา นี้คือสภาวะที่เป็นความสุขอย่างอ่อนๆ จึงจัดรวมอยู่ในสุขเวทนา)

สิ่งทั้งหลายที่อยู่ในวิสัยของจิต คือ อาจรับรู้ได้ด้วยจิต เราเรียกว่า *อารมณ์* ในบรรดาอารมณ์อันหลากหลายนั้น อารมณ์บางอย่างเมื่อจิตเข้าไปรับรู้แล้ว ทำให้รู้สึกเบิกบานใจ เป็นความรู้สึกที่ดี แต่อารมณ์บางอย่างกลับทำให้รู้สึกเจ็บปวด เป็นไปในทางไม่น่าปรารถนา ไม่น่าพอใจ ลักษณะของอารมณ์ทั้ง ๒ ประการนี้ เป็นสภาวะที่เรียกว่า รสแห่งอารมณ์ สุขเวทนาเป็นเจตสิกธรรมชนิดหนึ่ง ซึ่งเกิดมีขึ้นเพราะความงดงามในอารมณ์ มีสภาวะเข้าไปเสวยหรือส้องเสพความงดงามนั้นเป็นปกติ ส่วนทุกขเวทนาเป็นความรู้สึกเจ็บปวดซึ่งเกิดขึ้นในดวงจิต อันเนื่องมาจากความไม่น่าปรารถนา ไม่น่าพอใจของอารมณ์ที่ได้ประสบ นี้ก็เป็นเจตสิกธรรมอีกชนิดหนึ่งเช่นกัน แม้ความสุขและความทุกข์ทั้ง ๒ นี้ จะเป็นเพียงเจตสิกธรรม ๒ ดวง แต่สำหรับชาวโลกแล้ว ถือว่าเป็นเรื่องใหญ่ ๒ เรื่องเลยทีเดียว

เมื่อผัสสะอย่างใดอย่างหนึ่งในบรรดาผัสสะทั้ง ๖ เกิดขึ้น ในฐานะเป็นจักขุสัมผัสเป็นต้น ถ้าอารมณ์อันเป็นเหตุให้เกิดผัสสะนั้น เป็นสิ่งที่น่าพึงพอใจทีนั้น เวทนาหรือความรู้สึกทางใจอันเป็นสุขจำนวนพันๆดวง ย่อมเกิดขึ้นได้เพราะอารมณ์นั้น ตามอาการอันน่าพึงพอใจของสิ่งนั้นนั่นแหละ การที่สัตว์ทั้งหลายต่างแสวงหาวัตถุอันน่าพึงปรารถนา ย่อมมิใช่เป็นเพราะเหตุอื่นใด แท้จริงย่อมเป็นเพราะสุขเวทนานี้นั่นเอง ถ้าอารมณ์ที่เป็นเหตุให้เกิดผัสสะ เป็นสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา อาศัยสภาวะแห่งความไม่น่าปรารถนานั้นแหละ เวทนาหรือความรู้สึกทางใจอันเป็นทุกข์นับด้วยพันๆดวง ย่อมเกิดขึ้นได้เพราะอารมณ์นั้นเป็นลำดับไป ถ้าไม่มีผัสสะเสียแล้ว เวทนาย่อมไม่อาจเกิดขึ้นได้เลย เหตุนั้นพระพุทธองค์จึงตรัสว่า *ผสฺสปจฺจยา เวทนา* ดังนี้

เวทนาย่อมมี ๖ ประเภท ตามลักษณะของผัสสะนั้นแหละ เวทนา ๖ ประเภท คือ จักขุสัมผัสสชาเวทนา โสตสัมผัสสชาเวทนา ฆานสัมผัสสชาเวทนา ชิวหาสัมผัสสชาเวทนา กายสัมผัสสชาเวทนา มโนสัมผัสสชาเวทนา

เวทนาปจฺจยา ตณฺหา

ความรู้สึกอันเกิดขึ้นเกี่ยวกับวัตถุใดๆ ทั้งที่เป็นไปในภายในและภายนอก

ตลอดจนกิริยาอาการใดๆ วิญญาณธรรมใดๆ เจตสิกธรรมใดๆ หรือบุคคลอื่นใดก็ตามว่า สวยงามและน่าปรารถนา สภาวะเช่นนั้นแหละที่ได้ชื่อว่า *ตัณหา* คำพูดที่เราใช้กัน เป็นต้นว่า ความโลภ ราคะ ความใคร่ ความอยาก เหล่านี้ล้วนมีนัยบ่งแสดงถึงตัณหาทั้งสิ้น

ในเวลาที่สุขเวทนาเกิดขึ้นจากจักขุสัมผัสเป็นอาทิ บุคคลย่อมมีความรู้สึกที่ดี และเป็นสุข ทั้งยังเกิดความต้องการในวัตถุหรือบุคคลที่นำความสุขนั้นมาให้ตนด้วย นี้เป็นตัณหาที่เกิดมีขึ้นเพราะเวทนา ส่วนทุกขเวทนาย่อมเบียดเบียนบุคคลให้ได้รับความลำบาก เป็นสภาวะไม่น่าปรารถนา และอดทนได้ยาก ดังนั้น ตัณหาอันเกี่ยวเนื่องด้วยสิ่งนั้น ในทำนองเห็นว่าดีงามหรือน่าครอบครอง จึงไม่เกิดขึ้น แต่เนื่องเพราะทุกขเวทนาเป็นสภาวะที่ทนได้ยากนั้นเอง บุคคลจึงมีความปรารถนาในความสุขอย่างรุนแรงยิ่งขึ้นไปอีก จิตของเขาย่อมโลดแล่นไปหาความสุขที่เคยได้รับในกาลก่อน จึงควรทราบว่า ทุกขเวทนาย่อมเป็นเหตุให้เกิดตัณหาได้ด้วยอาการอย่างนี้

ตัณหามีทั้งหมด ๖ ประเภท คือ รูปตัณหา สัททตัณหา คันธตัณหา รสตัณหา โผฏฐัพพตัณหา และธัมมตัณหา (คือ ความอยากในรูป เสียง กลิ่น รส กายสัมผัส และธรรมารมณ์ ตามลำดับ)

ตณฺหาปจฺจยา อุปาทานํ

อุปาทานมี ๔ อย่าง คือ กามุปาทาน ทิฏฐุปาทาน สีลัพพตุปาทาน และอัตตวาทุปาทาน คำว่า *อุปาทาน* หมายถึง ความยึดมั่นถือมั่น ส่วนคำว่า *กาม* หมายถึงตัณหาทั้ง ๖ ประเภท ซึ่งได้กล่าวถึงแล้วนั้น เมื่อนำเอาคำว่า *กาม* และ *อุปาทาน* มารวมกันเป็น *กามุปาทาน* จึงมีความหมายว่า ความยึดมั่นถือมั่นในกามตัณหาอย่างรุนแรง ตัณหาซึ่งเกิดขึ้นจากเวทนาเป็นปัจจัย และเป็นไปในรูปเป็นอาทิ เบื้องแรกอาจยังอ่อนกำลังอยู่ อุปมาเหมือนกับหน่ออ่อนของต้นไม้ซึ่งอาจถอนขึ้นได้โดยไม่ยากนัก ถ้าปล่อยให้ตัณหานั้นยึดมั่นถือมั่นในอารมณ์ดังกล่าวอยู่เนืองๆ ตัณหาย่อมเจริญเติบโต และมีกำลังแข็งกล้ามากยิ่งขึ้น ครั้นกาลเวลาผ่านไปสักหลายปี ย่อมเป็นเหมือนต้นไม้ใหญ่ ซึ่งถ้าจะถอน

ทำลายลง ย่อมเป็นเรื่องที่ยากเย็นยิ่งนัก ตัณหาที่เติบใหญ่ขึ้นดังนี้แหละที่เรียกว่า กามุปาทาน

ในเวลาที่บุรุษเห็นสตรีสาวผู้มีรูปร่างสวยงาม ตัณหาย่อมเกิดขึ้นในใจของเขาด้วยคิดว่า "สตรีนี้สวยงามและน่ารัก" ตัณหาเช่นนี้กำจัดได้ไม่ยาก ยิ่งไปกว่านั้น ตัณหาในลักษณะนี้แม้มีประมาณเท่าใด อาจดับสิ้นไปเองได้ ก็แต่ว่าเพราะเหตุแห่งตัณหาอันมีกำลังอ่อนในเบื้องแรกนี้แหละ ถ้าบุรุษดำเนินการนำเอาสตรีผู้นั้นมาเป็นภรรยา ตัณหาของเขาย่อมแข็งกล้ายิ่งขึ้น จนกลายเป็นอุปาทานไปในที่สุด ถึงเวลานั้น บุรุษย่อมไม่อาจปล่อยวางจากสตรีผู้นั้นไปได้ นี้คืออาการที่ตัณหากลับกลายเป็นอุปาทาน ถ้าแม้นไม่มีตัณหาเสียตั้งแต่แรกอุปาทานย่อมไม่อาจเกิดขึ้นได้ เหตุนั้น พระพุทธองค์จึงตรัสแสดงไว้ว่า *ตณฺหา ปจฺจยา อุปาทานํ* โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ตัณหานี้แหละเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดกามุปาทาน ส่วนอุปาทานอย่างอื่นๆย่อมเกิดขึ้นด้วยเหตุต่างๆ โดยทั่วไปสำหรับชาวพุทธแล้ว ตัณหามักเป็นเหตุให้เกิดอุปาทาน ๒ ชนิด คือ กามุปาทานและอัตตวาทุปาทาน ส่วนทิฏฐุปาทานและสีลัพพตุปาทานนั้น มักเกิดขึ้นแก่ผู้ที่ยึดถือหนักไปในทิฏฐิที่ผิดๆอย่างนั้นบ้างอย่างนี้บ้าง

อุปาทานปจฺจยา ภโว

เมื่อบุคคลมีกามุปาทาน คือ มีความยึดมั่นถือมั่นอย่างรุนแรงในวัตถุทั้งหลาย มีทอง เงิน ไข่มุก อัญมณี นา ไร่ เป็นต้น หรือในบุคคลอื่นผู้เป็นที่รักเป็นต้นว่า ภรรยาและบุตร เป็นอาทิ เขาย่อมกระทำการต่างๆโดยอเนกประการเพื่อพัฒนาสิ่งเหล่านั้นให้เพิ่มพูน เพื่อแสวงหามาให้ได้มากยิ่งขึ้น และเพื่อถนอมรักษาสิ่งที่ได้มาแล้วเอาไว้ บางครั้งถึงกับต้องทำปาณาติบาต เพื่อกำจัดศัตรูผู้ที่จะมาทำลายของๆตนเสีย ทั้งอาจต้องกระทำอทินนาทาน (ฉ้อโกงหรือลักทรัพย์) ด้วยเหตุผลต่างๆอันเกี่ยวเนื่องกับสิ่งเหล่านั้นด้วย บางครั้งย่อมบริจาคทาน รักษาศีล หรือเจริญภาวนา เพียงเพื่อให้ได้รับสิ่งเหล่านั้นในภพชาติต่อไป เพราะเหตุแห่งอัตตวาทุปาทาน คือ ความยึดมั่นถือมั่นอย่างแรงกล้าในเบญจขันธ์ว่าเป็นอัตตา บุคคลย่อมกระทำการต่างๆเป็นอเนกประการ เพื่อเลี้ยง

ดู เพื่ออำนวยให้เกิดความสุข และเพื่อดูแลรักษาเบญจขันธ์นี้ไว้ ซึ่งตนเองยึดมั่นถือมั่นว่าเป็น "ตัวเรา" นั่นแล

บุคคลย่อมกระทำปาณาติบาต เพื่อป้องกันอันตรายมิให้เกิดขึ้นแก่อัตตา และเพื่ออำนวยความสุขให้เกิดขึ้นแก่อัตตา ย่อมบริจาคทาน ย่อมรักษาศีล ย่อมเจริญภาวนา เพื่อให้ได้มาซึ่งเบญจขันธ์เหล่านั้นในอนาคตกาลด้วย การกระทำอันเป็นกองแห่งบุญและบาปเหล่านั้นนั่นแหละที่เรียกว่า ภพ นอกจากนั้น ขันธ์ทั้งหลายของเทวดาหรือมนุษย์อันเป็นผลมาจากกรรม ก็เรียกว่า ภพ เช่นกัน ถ้าหากภพกล่าวคือกรรมซึ่งเป็นเหตุปัจจัยยังมีอยู่ ภพกล่าวคือขันธ์ทั้งหลายทั้งของเทวดาและมนุษย์ เป็นอาทิ ย่อมเกิดขึ้นได้อย่างแน่นอน เหตุนั้นจึงกล่าวได้ว่า เพราะอาศัยเหตุแห่งอุปาทานนั้นแล ภพทั้ง ๒ คือ กรรมภพและอุปัตติภพ ย่อมเกิดมีขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง อุปาทานย่อมเป็นเหตุเกิด หรือเป็นเหตุใกล้สำหรับกรรม ส่วนการเป็นเหตุให้เกิดภพชาติ เช่นเกิดเป็นมนุษย์นั้นเป็นเหตุไกล

ภวปจฺจยา ชาติ

เมื่อบุคคลกระทำกรรม ในเวลาที่ขันธ์ทั้งหลายในปัจจุบันชาติแตกดับลงไป ซึ่งเรียกว่า ความตายนั้นเอง พร้อมกับการแตกดับนั้นแหละ กรรมย่อมส่งผลให้เกิดภพชาติต่อไปเลยในทันที การเกิดอุบัติขึ้นในวาระเบื้องแรกของเบญจขันธ์ในภพชาติต่อไป ได้ชื่อว่า *ชาติ* ดังนี้

ชาติปจฺจยา ชรามรณโสกปริเทวทุกฺขโทมนสฺสุปายาสา สมฺภวนฺติ

ในเวลาที่บุคคลหนึ่งบุคคลใดถือกำเนิดขึ้นมา นับแต่ในวาระแรกนั้นเอง ความเสื่อมและความแตกดับทั้ง ๒ อย่าง ย่อมเกิดขึ้นพร้อมกันกับการเกิดนั้นเลยทีเดียว ถ้าไม่มีความเกิด ความเสื่อมและความแตกดับย่อมไม่อาจมีได้ เนื่องเพราะไม่มีความเสื่อมและความแตกดับ ความชราและความตายทั้ง ๒ อย่างนั้น ย่อมไม่มีเช่นกัน แม้ภาวะความเสื่อมและความแตกดับจะมิใช่เป็นไปด้วยความอุตสาหะของชาติภพ แต่เพราะการเกิดอุบัติขึ้นที่เรียกว่า "ชาติ" นี้แหละ ย่อมทำให้มีความชราและความตายทั้ง ๒ ประการ เกิดติดตามมาอย่าง

แน่นอนที่สุด ดังนั้น ถ้าไม่มี ชาติ หรือการเกิดขึ้น ก็ย่อมไม่มีความชราและความตาย จึงกล่าวได้ว่า ความชราและความตายย่อมเป็นไปเพราะความเกิดนั่นเอง ความเศร้าโศก ปริเทวนาการ ความทุกข์ ความโทมนัส และอุปายาส ก็เช่นเดียวกัน ย่อมเกิดขึ้นในวาระต่างๆแก่สัตว์ทั้งหลายที่ถือกำเนิดอุบัติขึ้น ถ้าไม่มีการเกิดก็ไม่มีทุกข์โทษเหล่านั้น ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่า เพราะอาศัยความเกิดขึ้นนั้นเอง ความเศร้าโศก และปริเทวนาการ เป็นต้น ย่อมเกิดมีขึ้นได้ ความเศร้าโศกได้แก่สภาวะที่จิตใจถูกบีบคั้น อันเนื่องมาจากความสูญเสีย ปริเทวนาการคือการร้องไห้คร่ำครวญ ทุกข์ได้แก่ความเจ็บปวดทางกาย ความโทมนัสคืออาการเจ็บปวดทางใจ อุปายาสคือความคับแค้นใจอย่างแรงกล้า อันเนื่องมาจากความวิบัติแห่งญาติมิตรเป็นอาทิ

อวิชชา สังขาร วิญญาณ นามรูป สฬายตนะ ผัสสะ เวทนา ตัณหา อุปาทาน ภพ ชาติ ชรามรณะ ทั้ง ๑๒ ประการนี้ เป็นองค์ประกอบแห่งปฏิจจสมุปบาท ส่วนความเศร้าโศกเป็นต้น ไม่จัดแยกไว้ในฐานะเป็นองค์ประกอบต่างหาก (คือ จัดรวมไว้กับชรามรณะ)

คำสอนในปฏิจจสมุปบาทมิใช่เป็นเรื่องที่แสดงถึงปฐมเหตุ หรือการเกิดขึ้นในเบื้องต้นของบุคคลใด แท้ที่จริง กาลเวลามิใช่สิ่งที่มีเบื้องต้น พระพุทธองค์ตรัสแสดงไว้ว่า ในกาลเวลาอันหาจุดเริ่มต้นมิได้นี้ ธรรมทั้งหลายมีอวิชชาและนามรูปเป็นต้น ซึ่งมิได้มีอยู่ในยุคสมัยหนึ่ง แต่ในยุคสมัยต่อมา ธรรมคือนามรูปเหล่านั้นย่อมเกิดมีขึ้น ยุคสมัยเช่นนั้นย่อมไม่มีอยู่โดยนัยที่อาจแสดงให้เห็นได้ ดังนี้ ธรรมทั้งหลายอันเกิดขึ้นในมวลรวมแห่งนามรูป (เบญจขันธ์) ซึ่งเราเรียกว่า สัตว์บุคคล นั้น ย่อมแตกดับและอันตรธานไปในทุกขณะเลยทีเดียว ธรรมที่มีสภาวะเกิดดับย่อมต้องดับไปอย่างแน่แท้ ชื่อว่าจะกลับมาเกิดใหม่อีกเป็นไม่มี ทั้งหมดที่เกิดขึ้นนั้น ล้วนเป็นธรรมใหม่ที่ไม่เคยเกิดมีมาก่อนทั้งสิ้น สิ่งที่เป็นไปในระหว่างธรรมที่แตกดับลงแล้ว กับธรรมที่เป็นไปอยู่ในปัจจุบัน คือขบวนการความสัมพันธ์ที่ต่อเนื่องกันเท่านั้น นามรูปทั้งมวลเมื่อรวมเป็นหนึ่งเดียวในฐานะเป็นขบวนการต่อเนื่อง ย่อมเกิดดับสืบไปอย่างยาวไกลดุจดังสายน้ำไหล ฉะนั้น

เมื่อบุคคลมีความโลภอยากได้วัตถุสิ่งหนึ่งสิ่งใดเกิดขึ้นในจิตใจ ครั้นความอยากได้เกี่ยวกับสิ่งนั้นดับสิ้นไปสักระยะหนึ่งแล้ว ในกาลต่อมา ความโลภอยากได้วัตถุชิ้นเดิมกลับเกิดมีขึ้นอีก ทีนั้น ผู้คนย่อมพูดกันว่า ความอยากที่เคยมีอยู่ในกาลก่อนนั้นแหละ ได้กลับมาเกิดขึ้นใหม่อีกแล้ว แต่โดยความเป็นจริง สภาวะนั้นเป็นความโลภใหม่ (จิตดวงใหม่) ที่เกิดมีขึ้น หาใช่ความโลภเดิมแต่กาลก่อนกลับมาเกิดใหม่อีกครั้งไม่ แต่โดยเหตุที่เป็นความรู้สึกเหมือนกันกับความอยากได้ที่เคยเกิดแล้ว จึงทำให้ผู้คนกล่าวว่า เป็นความโลภเก่านั้นเองที่เกิดขึ้นมาใหม่

พิจารณาจากแง่มุมนี้ เมื่อสภาวธรรมใดเกิดขึ้นมีลักษณะเหมือนกันกับสภาวธรรมที่ดับไปแล้วในอดีต คำที่กล่าวถึงปรากฏการณ์นั้นย่อมเป็นไปในทำนองว่า นั่นเป็นธรรมที่เคยเกิดขึ้นในอดีตนั้นแหละกลับมาอุบัติเกิดขึ้นใหม่ ถ้าหากใช้ตรรกะเดียวกันนี้ หมวดหมู่แห่งธรรมทั้งหลายมีอวิชชาเป็นต้น ย่อมหาได้เกิดขึ้นมาเป็นสายไม่ แต่เป็นไปในลักษณะวงกลมมากกว่า จะเรียกว่าเป็นวงล้อแห่งสังสารวัฏ หรือ วงล้อแห่งปฏิจจสมุปบาท ก็ได้เช่นเดียวกัน

เป็นธรรมดาอยู่เองที่บุคคลผู้ซึ่งเดินทางเป็นวงกลม ในที่สุดย่อมกลับมาถึงจุดเริ่มต้นอีกครั้งหนึ่งจนได้ ด้วยเหตุนั้น การเดินทางวกวนเป็นวงกลมอยู่เช่นนี้ โดยไม่ปลีกตัวออกไปนอกเส้นทาง ไม่ว่าจะเดินทางต่อไปสักเพียงใดก็ตาม ย่อมไม่มีทางสิ้นสุดลงได้เลย ดุจดังสภาวธรรมแต่ละข้อในปฏิจจสมุปบาทซึ่งล้วนเป็นสภาวธรรมอันเป็นผลที่เกิดขึ้นจากเหตุอย่างใดอย่างหนึ่งทั้งสิ้น ทั้งแต่ละข้อนั้นนอกจากเป็นผลแล้ว ยังเป็นเหตุปัจจัยด้วย คือ เป็นเหตุให้ธรรมอื่นอย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น ดังกรณีที่อวิชชา ตัณหา และกรรม ย่อมเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดภพชาติต่อไปนั้นแล

เพราะอาศัยอวิชชา ตัณหา และกรรมในอดีตชาติ จึงก่อเกิดเบญจขันธ์ในชาติถัดไป และเพราะอาศัยเบญจขันธ์ซึ่งเกิดแล้วนั้น อวิชชา ตัณหา และกรรม ย่อมเกิดมีขึ้น อุปมาเหมือนต้นไม้ย่อมเกิดจาก (เมล็ด) ผลไม้ และผลไม้ย่อมเกิดจากต้นไม้ที่เกิดขึ้นแล้วนั้น อวิชชา ตัณหา และกรรม ซึ่งเกิดขึ้นในฐานะเป็นผลพวงจากเบญจขันธ์ในปัจจุบันชาติ ย่อมเป็นเหตุก่อเกิดภพชาติใหม่

ต่อไปอีก (โดยที่ขันธ์ทั้ง ๕ ในปัจจุบันชาติก็เกิดจากเหตุปัจจัยในอดีตนั่นเอง) ครั้นเบญจขันธ์เกิดมีขึ้นจากเหตุเหล่านั้นแล้ว อวิชชา ตัณหา และกรรม ย่อมเกิดมีขึ้นอีก โดยอาศัยเบญจขันธ์นั้นแลเป็นเหตุปัจจัย

เนื่องเพราะผลอันเกิดจากเหตุย่อมเป็นเหตุให้เกิดผลอื่นตามมาอีก ความเป็นไปของอวิชชาจึงหาที่สุดมิได้ ดังนั้น จึงเรียกปรากฏการณ์นี้ว่า วงล้อแห่งสังสารวัฏ หรือ วัฏจักรแห่งปฏิจจสมุปบาท

การที่พระพุทธองค์ทรงแสดงปฏิจจสมุปบาท โดยทรงยกเอาอวิชชาไว้เป็นเหตุปัจจัยข้อแรกนั้น จะเป็นเพราะอวิชชาเป็นธรรมที่อาจเกิดขึ้นโดยไม่มีเหตุปัจจัยก็หามิได้ ด้วยว่าเมื่อทรงแสดงหมวดหมู่แห่งธรรมอันหมุนเวียนไปในลักษณะวัฏจักรนั้น จะทรงถือเอาจุดใดมาเริ่มต้นก่อนก็ย่อมได้ แท้จริงแล้ว ในหมวดหมู่แห่งธรรมเหล่านั้น ถ้าจะถือธรรมใดโดยฐานะความเป็นประธานแล้วไซร้ ธรรมนั้นย่อมได้แก่อวิชชาโดยแท้ จึงควรแก่การนำมาเป็นจุดเริ่มต้นในการแสดงปฏิจจสมุปบาท เพราะอวิชชาและตัณหาทั้ง ๒ นั้น เป็นหลักสำคัญในปฏิจจสมุปบาทเลยทีเดียว ที่ถือธรรมเหล่านั้นเป็นหลักสำคัญก็เพราะเหตุผลที่ว่า ถ้ากำจัดธรรมทั้ง ๒ นั้นเสียได้ ย่อมทำลายวัฏจักรแห่งปฏิจจสมุปบาทได้เช่นกัน

พระธรรมเทศนาเรื่องปฏิจจสมุปบาท ซึ่งเริ่มต้นว่า *อวิชฺชาปจฺจยา สงฺขารา* นั้น แท้จริงแล้วมีอยู่ ๒ ส่วนด้วยกัน กล่าวคือ หมวดหมู่ของธรรมตั้งแต่อวิชชาเป็นต้นไปจนถึงเวทนาเป็น “*ภาคต้น*” ของปฏิจจสมุปบาท ส่วนหมวดหมู่ของธรรมตั้งแต่ตัณหาเรื่อยไปจนถึงชรามรณะ เป็น “*ภาคปลาย*” ถ้าทรงแสดงส่วนต้น จะทรงเริ่มด้วยอวิชชา ถ้าทรงแสดงส่วนปลาย จะทรงเริ่มด้วยตัณหา

แม้จะถูกยกขึ้นแสดงไว้เป็นอันดับแรก แต่อวิชชาก็ใช่ว่าจะเกิดขึ้นได้โดยไม่มีเหตุปัจจัย ดังนั้น พระพุทธองค์จึงตรัสแสดงไว้ในปฏิจจสมุปบาทวิภังคบาลีว่า *อวิชฺชาปจฺจยา สงฺขารา สงฺขารปจฺจยาปิ อวิชฺชา* เป็นอาทิ ซึ่งแปลว่า เพราะอวิชชาเป็นปัจจัยจึงเกิดสังขาร แม้เพราะสังขารเป็นปัจจัยจึงเกิดอวิชชา ดังนี้ อวิชชาจึงเป็นธรรมที่ต้องอาศัยเหตุปัจจัยเกิดขึ้น และมิใช่มีเพียงเหตุอย่างใดอย่างหนึ่งเท่านั้น แท้ที่จริงแล้ว ไม่มีธรรมใดเลยซึ่งจะเกิดขึ้นได้เพียงเพราะ

เหตุหนึ่งเดียว แต่ย่อมเกิดมีขึ้นเพราะเหตุทั้งหลายเป็นอันมาก ในคำสอนเรื่องปฏิจจสมุปบาทนี้ พระพุทธองค์ทรงแสดงเหตุอย่างหนึ่งว่า เป็นปัจจัยให้เกิดผลแต่ละอย่างเป็นลำดับไป ทั้งนี้เพื่อให้สามารถเข้าใจได้โดยง่าย หากแม้นทรงแสดงการเกิดขึ้นของแต่ละองค์ธรรม โดยทรงจารนัยทุกเหตุปัจจัยที่มีอยู่จนหมดสิ้นกระบวนความไซร้ พระธรรมเทศนาเรื่องปฏิจจสมุปบาทอาจยืดยาวจนผู้ฟังไม่อาจจับต้นชนปลายได้ ทั้งคงเต็มไปด้วยความเกี่ยวพันซึ่งกันและกันดุจดังกอไผ่ดงและพงหนามเลยทีเดียว การทำความเข้าใจในพระธรรมเทศนาเช่นนั้น ย่อมลำบากยากเย็นยิ่งนัก ด้วยเหตุนั้น พระพุทธองค์จึงทรงยกเฉพาะเหตุที่เป็นประธานและเห็นได้โดยง่ายมาแสดง ปฏิจจสมุปบาทจึงเป็นพระธรรมเทศนาที่ทรงแสดงไว้ในลักษณะ ๑ เหตุ ๑ ผล ด้วยประการฉะนี้

โยคาวจรผู้ปรารถนาเจริญกังขาวิตรณวิสุทธิให้เกิดมีขึ้น ควรหมั่นศึกษาปฏิจจสมุปบาทให้เข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง ด้วยการอ่านคำอธิบายที่ได้แสดงมาแล้วหลายๆเที่ยว พร้อมทั้งพยายามจดจำเนื้อความให้แม่นยำ ถ้าคำอธิบายในจุดใดยังไม่เป็นที่เข้าใจชัดเจน ควรสอบถามจากท่านผู้รู้ และทำความเข้าใจให้แจ่มแจ้งหมดจด เมื่อมีความเข้าใจเกี่ยวกับปฏิจจสมุปบาทอย่างนี้แล้ว ย่อมสมควรกล่าวว่า ได้กระทำกังขาวิตรณวิสุทธิให้เกิดมีขึ้นในระดับหนึ่งแล้ว แต่โยคาวจรหาควรหยุดอยู่แต่เพียงเท่านั้นไม่ ควรท่องจำข้อความที่จะได้แสดงต่อไปนี้ แล้วนำมากำหนดพิจารณา ทำความเพียรเจริญภาวนาต่อไปอีกสักระยะหนึ่ง ทั้งนี้เพื่อกระทำญาณหยั่งรู้ในปฏิจจสมุปบาทให้บริสุทธิ์ และหนักแน่นมั่นคงยิ่งๆขึ้นไปอีกนั่นเอง

บทภาวนาปฏิจจสมุปบาท (๑)

เพราะอาศัยอวิชชาคือความไม่รู้ในอริยสัจ ๔ จึงเกิดสังขารอันเป็นบุญและบาปขึ้น เพราะอาศัยสังขารอันเป็นบุญและบาปในอดีตชาติ จึงเกิดปฏิสนธิวิญญาณในภพชาติปัจจุบัน เพราะอาศัยปฏิสนธิวิญญาณนั้นแหละ จึงเกิดนามรูปขึ้นได้ เพราะอาศัยนามรูปอันเจริญขึ้นแล้ว จึงเกิดอายตนะทั้ง ๖ ขึ้นมา เพราะอาศัยอายตนะทั้ง ๖ เหล่านั้น ผัสสะย่อมเกิด

ขึ้น เพราะอาศัยผัสสะ จึงเกิดเวทนาทั้ง ๒ คือ สุขเวทนาและทุกขเวทนา เพราะอาศัยสุขเวทนาและทุกขเวทนา ตัณหาย่อมเกิดขึ้น เพราะอาศัยตัณหาซึ่งมีกำลังกล้าแข็ง จึงเกิดอุปาทาน และเพราะอาศัยอุปาทานนั้นแหละ จึงเกิดบุญและบาปขึ้นมาอีก

เพราะอาศัยบุญและบาป ย่อมมีการเกิดใหม่ เพราะอาศัยการเกิดใหม่ ความชรา มรณะ ความเศร้าโศก ปริเทวนาการ ความทุกข์ โทมนัส อุปายาส ย่อมเกิดตามมา

นี้แหละคืออาการเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์

เพราะอาศัยเหตุปัจจัยทั้งหลายมีอวิชชาเป็นต้น กองแห่งทุกข์นี้ได้เป็นไปแล้วในอดีต ย่อมเป็นไปอยู่แม้ในปัจจุบัน และจักเป็นไปอีกแม้ในอนาคต

บทภาวนาปฏิจจสมุปบาท (๒)

เพราะอาศัยอวิชชา ตัณหา อุปาทาน และกรรมในอดีตชาติ จึงเกิดวิญญาณ นามรูป อายตนะ ๖ ผัสสะ และเวทนาในปัจจุบันชาติ เพราะอาศัยวิญญาณ นามรูป อายตนะ ๖ ผัสสะ และเวทนา จึงเกิดอวิชชา ตัณหา อุปาทาน และกรรมขึ้นมาอีกในปัจจุบันชาติ เพราะอาศัยอวิชชา ตัณหา อุปาทาน และกรรมซึ่งเกิดขึ้นในปัจจุบันชาตินั้นแหละ จึงเกิดวิญญาณ นามรูป อายตนะ ๖ ผัสสะ และเวทนาในชาติต่อไป วงล้อแห่งความทุกข์ย่อมหมุนไปโดยไม่หยุดหย่อนด้วยอาการอย่างนี้ วงล้อแห่งกองทุกข์นี้ย่อมเป็นไปแล้วในอดีต ย่อมเป็นไปอยู่แม้ในปัจจุบัน และจักเป็นไปอีกแม้ในอนาคต

(ในที่นี้รวมสังขารและภพเข้าไว้ด้วยกัน โดยเรียกรวมว่า “ชาติ” เพื่อป้องกันความสับสนของนักปฏิบัติ)

บทภาวนาปฏิจจสมุปบาท (๓)

๑. *องค์ธรรม คือ อวิชชา หาได้มีความพยายามให้สังขารก่อเกิดขึ้นไม่ ทั้งมิได้รับรู้แต่อย่างใดเลยว่า สังขารย่อมเกิดขึ้นเพราะอาศัยอวิชชาเองนั่นแหละเกิดขึ้น สังขารจะเกิดขึ้นโดยอวิชชากระทำให้เกิดขึ้นก็หาไม่ นอกจากอวิชชาแล้ว แม้สิ่งอื่นใดจะทำให้สังขารก่อเกิดขึ้นมาก็หามิได้*

๒. *องค์ธรรม คือ สังขารมิได้มีความคิดในตัวเองเพื่อการเกิดขึ้นเลย แต่เพราะอาศัยอวิชชานั้นเอง สังขารทั้งหลายจึงเกิดขึ้นได้ สังขารหาได้มีความพยายามให้วิญญาณก่อเกิดขึ้นไม่ ทั้งมิได้รับรู้แต่อย่างใดเลยว่า วิญญาณย่อมเกิดขึ้นเพราะอาศัยสังขารนั่นแหละเกิดขึ้น วิญญาณจะเกิดขึ้นโดยสังขารกระทำให้เกิดขึ้นก็หาไม่ นอกจากสังขารแล้ว สิ่งอื่นใดจะทำให้วิญญาณก่อเกิดขึ้นมาก็หามิได้*

๓. *องค์ธรรม คือ วิญญาณมิได้มีความคิดในตัวเองเพื่อการเกิดขึ้นเลย แต่เพราะอาศัยสังขาร จึงเกิดวิญญาณขึ้น วิญญาณหาได้มีความพยายามให้นามรูปก่อเกิดขึ้นไม่ ทั้งมิได้รับรู้แต่อย่างใดเลยว่า นามรูปย่อมเกิดขึ้นเพราะอาศัยวิญญาณนั่นแหละเกิดขึ้น นามรูปจะเกิดขึ้นโดยวิญญาณกระทำให้เกิดขึ้นก็หาไม่ นอกจากวิญญาณแล้ว สิ่งอื่นใดจะทำให้นามรูปก่อเกิดขึ้นมาก็หามิได้*

๔. *องค์ธรรม คือ นามรูปมิได้มีความคิดในตัวเองเพื่อการเกิดขึ้นเลย แต่เหตุเพราะอาศัยวิญญาณ นามรูปจึงเกิดขึ้น วิญญาณหาได้มีความพยายามให้นามรูปก่อเกิดขึ้นไม่ ทั้งมิได้รับรู้แต่อย่างใดเลยว่า นามรูปย่อมเกิดขึ้นเพราะอาศัยวิญญาณนั่นแหละเกิดขึ้น นามรูปจะเกิดขึ้นโดยวิญญาณกระทำให้เกิดขึ้นก็หาไม่ นอกจากวิญญาณแล้ว สิ่งอื่นใดจะทำให้นามรูปก่อเกิดขึ้นมาก็หามิได้*

๕. *องค์ธรรม คือ อายตนะทั้ง ๖ มิได้มีความคิดในตัวเองเพื่อการเกิดขึ้นเลย แต่เพราะอาศัยนามรูป อายตนะ ๖ จึงเกิดขึ้น อายตนะ ๖ หาได้มีความพยายามให้ผัสสะก่อเกิดขึ้นไม่ ทั้งมิได้รับรู้แต่อย่างใด*

เลยว่า ผัสสะย่อมเกิดขึ้นเพราะอาศัยอายตนะ ๖ นั้นแหละเกิดขึ้น ผัสสะจะเกิดขึ้นโดยอายตนะ ๖ กระทำให้เกิดขึ้นก็หาไม่ นอกจากอายตนะ ๖ แล้ว สิ่งอื่นใดจะทำให้ผัสสะก่อเกิดขึ้นมาก็หามิได้

๖. องค์ธรรมคือผัสสะมิได้มีความคิดในตัวเองเพื่อการเกิดขึ้นเลย แต่เพราะอาศัยอายตนะ ๖ ผัสสะจึงเกิดขึ้นได้ ผัสสะหาได้มีความพยายามให้เวทนาก่อเกิดขึ้นไม่ ทั้งมิได้รับรู้แต่อย่างใดเลยว่า เวทนาย่อมเกิดขึ้นเพราะอาศัยผัสสะนั้นแหละเกิดขึ้น เวทนาจะเกิดขึ้นโดยผัสสะกระทำให้เกิดขึ้นก็หาไม่ นอกจากผัสสะแล้ว สิ่งอื่นใดจะทำให้เวทนาก่อเกิดขึ้นมาก็หามิได้

๗. องค์ธรรม คือ เวทนามิได้มีความคิดในตัวเองเพื่อการเกิดขึ้นเลย แต่เพราะอาศัยผัสสะ เวทนาจึงเกิดขึ้นได้ เวทนาหาได้มีความพยายามให้ตัณหาก่อเกิดขึ้นไม่ ทั้งมิได้รับรู้แต่อย่างใดเลยว่า ตัณหาย่อมเกิดขึ้นเพราะอาศัยเวทนานั้นแหละเกิดขึ้น ตัณหาจะเกิดขึ้นโดยเวทนากระทำให้เกิดขึ้นก็หาไม่ นอกจากเวทนาแล้ว สิ่งอื่นใดจะทำให้ตัณหาก่อเกิดขึ้นมาก็หามิได้

๘. องค์ธรรมคือตัณหามิได้มีความคิดในตัวเองเพื่อการเกิดขึ้น แต่เพราะอาศัยเวทนา ตัณหาจึงเกิดขึ้นได้ ตัณหาหาได้มีความพยายามให้อุปาทานก่อเกิดขึ้นไม่ ทั้งมิได้รับรู้แต่อย่างใดเลยว่า อุปาทานย่อมเกิดขึ้นเพราะอาศัยตัณหานั้นแหละเกิดขึ้น อุปาทานจะเกิดขึ้นโดยตัณหากระทำให้เกิดขึ้นก็หาไม่ นอกจากตัณหาแล้ว สิ่งอื่นใดจะทำให้อุปาทานก่อเกิดขึ้นมาก็หามิได้

๙. องค์ธรรม คือ อุปาทานมิได้มีความคิดในตัวเองเพื่อการเกิดขึ้นเลย แต่เพราะอาศัยตัณหานั้นแหละ อุปาทานจึงเกิดขึ้นได้ อุปาทานหาได้มีความพยายามให้ภพก่อเกิดขึ้นไม่ ทั้งมิได้รับรู้แต่อย่างใดเลยว่า ภพย่อมเกิดขึ้นเพราะอาศัยอุปาทานนั้นแหละเกิดขึ้น ภพจะเกิดขึ้นโดยอุปาทานกระทำให้เกิดขึ้นก็หาไม่ นอกจากอุปาทานแล้ว สิ่งอื่นใดจะทำให้ภพก่อเกิดขึ้นมาก็หามิได้

๑๐. *องค์ธรรมคือภพมิได้มีความคิดในตัวเองเพื่อการเกิดขึ้น แต่เพราะอาศัยอุปาทาน ภพจึงเกิดขึ้นได้ ภพหาได้มีความพยายามให้ชาติ (การเกิดใหม่) ก่อเกิดขึ้นไม่ ทั้งมิได้รับรู้แต่อย่างใดเลยว่า ชาติย่อมเกิดขึ้นเพราะอาศัยภพนั้นแหละเกิดขึ้น ชาติจะเกิดขึ้นโดยภพกระทำให้เกิดขึ้นก็หาไม่ นอกจากภพแล้ว สิ่งอื่นใดจะทำให้ชาติก่อเกิดขึ้นมาก็หามิได้*

๑๑. *องค์ธรรม คือ ชาติ (การเกิดขึ้นแห่งขันธ์) มิได้มีความคิดในตัวเองเพื่อการอุบัติขึ้นเลย แต่เพราะอาศัยภพ ชาติคือการอุบัติขึ้นแห่งขันธ์ทั้งหลายจึงเป็นไปได้ ชาติหาได้มีความพยายามทำให้ความชรา มรณะ ความเศร้าโศก ปริเทวนาการ ความทุกข์ โทมนัส และอุปายาส ก่อเกิดขึ้นไม่ ทั้งมิได้รับรู้แต่อย่างใดเลยว่า ความชรา มรณะ ความเศร้าโศก ปริเทวนาการ ความทุกข์ โทมนัส และอุปายาส ย่อมเกิดขึ้นเพราะอาศัยชาตินั้นแหละเกิดขึ้น ทุกข์โทษคือความชราและความตายเป็นต้น จะเกิดขึ้นโดยชาติกระทำให้เกิดขึ้นก็หาไม่ นอกจากชาติแล้ว สิ่งอื่นใดจะทำให้ความชราและความตายเป็นอาทิ ก่อเกิดขึ้นมาก็หามิได้ ความชราและความตายเป็นต้น หามีความคิดใดๆ เพื่อเกิดขึ้นไม่ แต่ย่อมเกิดขึ้นเองเพราะอาศัยชาตินั้นแหละ กองทุกข์ย่อมเกิดขึ้นโดยไม่ขาดสายด้วยอาการอย่างนี้ ทั้งๆที่มิได้มีการนัดหมายระหว่างกันและกัน และหาตัวตนผู้กระทำหรือรับรู้มิได้ในอดีตกาลย่อมเป็นมาแล้วอย่างนี้ แม้ในอนาคตกาลก็จักเป็นไปอย่างนี้*

บุคคลใดก็ตาม แม้นว่าได้ชำระความรู้ความเข้าใจในปฏิจจสมุปบาทจนบริสุทธิ์หมดจด และเจริญภาวนาต่อไปตามนัยที่พรรณนาไว้นั้น ย่อมสามารถกระทำกังขาวิตรณวิสุทธิให้เกิดมีขึ้นได้อย่างแน่นอน ถ้าได้ปฏิบัติเห็นปานนี้แล้วไม่อาจยังกังขาวิตรณวิสุทธิให้เกิดมีขึ้น ที่เป็นเช่นนั้น หาใช่เป็นเพราะความบกพร่องในหลักธรรมเกี่ยวกับปฏิจจสมุปบาทไม่ แต่คงเป็นเพราะความไม่พร้อมของผู้ปฏิบัตินั้นเองเป็นสำคัญ ปฏิจจสมุปบาทเป็นธรรมที่มีความลุ่มลึกยิ่งนัก

ดังนั้น ย่อมเป็นการยากสำหรับบุคคลบางคนที่จะเข้าใจได้ ถ้าได้ศึกษาเรียนรู้และเจริญภาวนาตามที่กล่าวมาแล้ว แต่ไม่สามารถทำกังขาวิตรณวิสุทธิให้เกิดมีขึ้นได้ ย่อมไม่เป็นการสมควรที่นักปฏิบัติจะเลิกละการเจริญวิปัสสนาไปเสียแม้ด้วยเหตุผลเพียงเท่านั้น เพราะยังมีแนวทางอื่นๆอีกให้ศึกษาเรียนรู้ และนำมากำหนดพิจารณา เพื่อเจริญกังขาวิตรณวิสุทธิให้เกิดขึ้นได้ นักปฏิบัติควรทำความเพียรตามแนวทางเหล่านั้น เพื่อยังวิสุทธินี้ให้เกิดมีขึ้นต่อไป หนังสือธรรมะที่ท่านอ่านอยู่นี้ไม่อาจรวบรวมทุกสิ่งทุกอย่างไว้ได้หมดสิ้น จึงควรศึกษาแนวทางอื่นๆด้วย

บุคคลผู้อบรมตนเจริญภาวนาในแนวทางต่างๆ แม้การปฏิบัติในแนวทางหนึ่งใด ไม่เอื้ออำนวยให้บรรลุวิสุทธิได้ ครั้นปฏิบัติในอีกแนวทางหนึ่ง ก็ยังไปไม่ถึงไหนอยู่นั่นเอง แต่อาจมีแนวทางอื่นให้เลือกปฏิบัติได้อีก ประเด็นก็คือ ธรรมะที่ไม่อาจเข้าใจหรือหยั่งรู้ได้ด้วยการปฏิบัติในแนวทางหนึ่ง อาจเข้าใจได้ด้วยการปฏิบัติในอีกแนวทางหนึ่ง และธรรมะที่ไม่อาจเข้าใจได้ในแนวทางเดียวกันนั้นนั่นแหละ ย่อมอาจเข้าใจได้ในแนวทางต่อไป เมื่อเป็นเช่นนี้ การปฏิบัติต่างแนวทางกัน อาจเติมเต็มความรู้ในทุกข้อธรรมให้บริบูรณ์พร้อม และนำไปสู่การบรรลุวิสุทธิได้ ขออย่าให้ความดำริอันต่ำทรามเกิดขึ้นเป็นอันขาดว่า ตนเองเป็นผู้อาภัพ ไม่เหมาะควรต่อการบรรลุวิสุทธิอันหมดจดได้ มาตรว่าความคิดเช่นนั้นเกิดมีขึ้น ย่อมทำให้การปฏิบัติติดขัดอยู่แต่เพียงเท่านั้น จึงควรที่โยคาวจรจักได้สำเหนียกอยู่เป็นนิตย์ว่า ความคิดดังกล่าวเป็นอันตรายอย่างยิ่งต่อการปฏิบัติ

ทิฏฐิและวิจิกิจฉาทั้ง ๒ ประการนี้ ย่อมดับสิ้นไปโดยสมุจเฉทปหานหรือโดยอาการที่จะไม่เกิดขึ้นอีกในภายภาคหน้า ก็ต่อเมื่อบุคคลได้บรรลุโสดาปัตติมรรคแล้วนั่นแล แต่ในขั้นตอนการบรรลุทิฏฐิวิสุทธิและกังขาวิตรณวิสุทธิ โยคาวจรยังคงเป็นปุถุชนอยู่ จะว่าไปแล้ว ยังนับว่าไกลโขจากโลกุตตรมรรคเลยด้วยซ้ำ สิ่งที่บรรลุถึงในขั้นนี้ คือ ความบริสุทธิ์หมดจดซึ่งสามารถ “ข่ม” กิเลสทั้ง ๒ นั้นเสียได้ นี้มิใช่ความหมดจดอันถาวร แต่จะเป็นความหมดจดอย่างถาวรก็ต่อเมื่อบรรลุโสดาปัตติมรรคแล้วเท่านั้น ด้วยเหตุนั้น ในบางโอกาสทิฏฐิและวิจิกิจฉาย่อมเกิดขึ้นได้อีกในดวงจิตของโยคาวจร ผู้ซึ่งเจริญทิฏฐิวิสุทธิและ

กังขาวิตรณวิสุทธิให้เกิดมีขึ้นได้แล้ว ในโอกาสเช่นนั้น เขาอาจสำคัญผิดไปได้ว่า "เรายังมิได้บรรลุถึงวิสุทธินั้นเลย" จึงขออย่าได้หลงผิดและเลิกละการเจริญภาวนาเป็นอันขาด

เป็นธรรมดาอยู่เอง วิสุทธิของปุถุชนอาจกลับเศร้าหมองได้ในบางโอกาส เหตุผลหลักที่กิเลสทั้งหลายซึ่งอ่อนกำลังลงแล้ว และเคยถูกข่มไว้ในอำนาจด้วยพลังแห่งญาณอันเป็นโลกิยะ กลับกำเริบขึ้นมาได้อีกนั้น ย่อมเป็นเพราะความกลับกลอกทางความคิดของบุคคลนั้นนั่นเอง เหตุนั้น โยคาวจรพึงหลีกเลี่ยงการคบหากับบุคคลที่กลับกลอกโลเลเสีย โดยเว้นระยะห่างไว้เท่าที่จะเป็นไปได้ และควรสมาคมใกล้ชิดกับบุคคลผู้เป็นสัปปายะ (คือผู้ที่คบหาแล้วทำให้จิตใจสงบมั่นคง)

แม้จะได้เจริญกังขาวิตรณวิสุทธิให้เกิดมีขึ้นแล้วก็ตาม ในช่วงเวลาฝึกฝนอบรมตนเพื่อยังวิสุทธิที่เหลืออื่นๆให้เจริญขึ้นนั้น มาตรว่ายามใดทิฏฐิและวิจิกิจฉากลับเกิดมีขึ้นอีก ก็ชอบที่จะกลับไปเจริญภาวนาเพื่อยังวิสุทธินั้นให้หมดจดยิ่งขึ้น โดยกำหนดพิจารณาตามแนวทางที่เคยปฏิบัติมาแล้วนั้น ถ้าบุคคลปฏิบัติอยู่เช่นนี้ กิเลสเหล่านั้นย่อมถูกกำราบไปได้โดยพลัน เมื่อได้ "ปราบ" กิเลสเหล่านั้นลงเสียแล้ว โยคาวจรย่อมเจริญภาวนาต่อไปในเบื้องหน้าได้ ต่อเมื่อประจักษ์ชัดแก่ตนเองว่า บัดนี้ กังขาวิตรณวิสุทธิได้เจริญขึ้นแล้ว ให้หยุดการเจริญภาวนาสำหรับกังขาวิตรณวิสุทธิไว้ก่อน ต่อแต่นั้น จึงเริ่มต้นเพียรภาวนาเพื่อยังมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิให้เกิดมีขึ้น เป็นอันดับต่อไป

จบวิธีเจริญกังขาวิตรณวิสุทธิภาวนาแต่เพียงเท่านี้

๗
มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ* (๑)

หลังจากเจริญทิฏฐิวิสุทธิและกังขาวิตรณวิสุทธิให้เกิดมีขึ้นแล้ว ถ้าหากโยคาวจรยังคงเพียรเพ่งเจริญวิปัสสนาต่อไปในเบื้องหน้า ตามแนวทางอันถูกต้องไม่ผิดเพี้ยนไซร้ ครั้นวิปัสสนาญาณแก่กล้ายิ่งขึ้น แสงสว่างน่าอัศจรรย์ใจ ซึ่งโยคาวจรนั้นไม่เคยพบเห็นมาก่อนว่าในกาลไหนๆ อาจปรากฏแก่เขาได้ บางทีความรู้สึกอันน่าอัศจรรย์บางอย่าง เช่น ความปีติยินดีอันประณีตยิ่งนัก ซึ่งไม่เคยเกิดขึ้นในจิตตสันดานของเขาในกาลก่อนเลย อาจเกิดขึ้นในจิตตสันดานของเขาได้เช่นกัน

หากปราศจากปัญญารู้เท่าทัน บางทีในวาระเช่นนั้น โยคาวจรอาจหลงผิดไปได้ว่า "เราได้บรรลุโลกุตตรธรรมแล้ว" ดังนี้ หากหลงผิดไปเสียอย่างนั้นโอกาสบรรลุโลกุตตรมรรคที่แท้จริงย่อมหมดไปด้วย จึงสมควรที่ผู้ปฏิบัติจักได้เจริญปัญญาหยั่งรู้ให้เกิดขึ้น เพื่อป้องกันมิให้หลงผิดไปในลักษณะนั้นเป็นอันขาด ปัญญาหยั่งรู้ว่า นี้เป็นหนทาง นี้มิใช่หนทาง นั่นแหละที่มีชื่อเรียกว่ามัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ

คำว่า "หนทาง" *(มัคคะ)* ในที่นี้ หมายถึงทั้ง แนวทางการเจริญภาวนา

....

* อันดับที่ ๕ ในวิสุทธิ ๗

อย่างถูกต้อง และโลกุตตรมรรค ซึ่งเป็นญาณทัสสนวิสุทธิ (ข้อสุดท้ายในวิสุทธิ ๗) ส่วนคำว่า "มิใช่หนทาง" *(อมัคคะ)* ในที่นี้หมายถึงทั้งแนวทางการเจริญภาวนาอันไม่ถูกต้อง และทั้ง *อธิมานวัตถุ* ด้วยเช่นกัน สิ่งที่ทำให้เกิดความคิดวิปริตผิดไปจากความจริง เช่น แสงสว่าง เป็นต้น ซึ่งชักนำบุคคลที่ยังมิได้บรรลุมรรคผลอันใด ให้เข้าใจผิดไปว่า ตนเองได้บรรลุแล้ว นี้แหละเป็นอธิมานวัตถุ

สมควรกำหนดจดจำเอาไว้ ณ ที่นี้ด้วยว่า ปัญญาหยั่งรู้ที่ได้ชื่อว่า มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ นั้น แท้จริงย่อมเป็นไปโดยอรรถว่า ปัญญาหยั่งรู้อันหมดจดในธรรมทั้งที่เป็นหนทางและมิใช่หนทาง กล่าวคือ ย่อมทำให้โยคาวจรบริสุทธิ์หมดจดจากความหลงผิด ซึ่งเกิดขึ้นเพราะความเข้าใจในสิ่งที่มิใช่หนทางว่าเป็นหนทาง และชำระจิตให้หมดจดจากความโลภอันเนื่องด้วยอุปกิเลสทั้งหลาย

โยคาวจรผู้เจริญกังขาวิตรณวิสุทธิให้เกิดมีขึ้นได้แล้วนั้น ณ บัดนี้สมควรยุติการปฏิบัติภาวนาในวิสุทธิดังกล่าวเสีย และเริ่มเพียรภาวนาเพื่อยังมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิให้เกิดมีขึ้นสืบไป ซึ่งแนวทางการเจริญภาวนาที่เหมาะสมสำหรับภารกิจนี้ ได้แก่การพิจารณาไตรลักษณ์นั่นเอง

สภาวธรรมคือนามรูปที่ได้อธิบายมาแล้วในเบื้องต้นทั้งหมดนั้น เมื่อกล่าวรวมกันโดยความเป็นหนึ่งเดียว ย่อมได้ชื่อว่า สังขาร ส่วนคำว่า สังขารในบทพระบาลีว่า *อวิชฺชา ปจฺจยา สงฺขารา* นั้น ย่อมหมายถึงบุญและบาป จึงขอให้แยกแยะกันให้ชัดเจน ระหว่าง "สังขาร" ในฐานะเป็นสภาวะแห่งบุญและบาป กับ "สังขาร" ซึ่งหมายถึงนามรูปทั้งหมดทั้งสิ้น ทั้งนี้ เพื่อป้องกันความสับสนเกี่ยวกับคำๆนี้เอาไว้ก่อน และควรถือเอาคำว่า สังขาร นี้ เป็นนามของ ๒ สิ่ง ที่แม้จะเขียนเหมือนกัน แต่มีความหมาย ๒ อย่างที่แตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง ดังนั้น นอกจากในกรณีที่เกี่ยวข้องกับปฏิจจสมุปบาทแล้ว ในเวลากล่าวถึงสังขารในที่อื่นๆ เพื่ออธิบายถึงวิธีการเจริญภาวนา พึงกำหนดหมายว่า คำนี้ย่อมหมายถึง สภาวธรรมอันเป็นมวลรวมทั้งสิ้นแห่งนามรูปเท่านั้น ก็แลการที่นามรูปได้ชื่อว่า สังขาร ย่อมเป็นด้วยเหตุผลที่ว่า ธรรมทั้งหลายเหล่านั้นล้วน

เกิดจากเหตุปัจจัยปรุงแต่งนั่นเอง ส่วนในคำสอนเรื่องปฏิจจสมุปบาท คำว่า สังขาร หมายถึง สภาวธรรมซึ่งก่อเกิดวิบากหรือผลแห่งกรรม

สภาวธรรมที่เป็นสังขาร (มีปัจจัยปรุงแต่ง) มีอยู่มากมายยิ่งนัก เป็นต้นว่า ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม จิต ผัสสเจตสิก เวทนาเจตสิก ฯลฯ สิ่ง ทั้งหลายเหล่านั้นล้วนมีลักษณะเฉพาะตน ซึ่งทำให้เราสามารถแยกแยะ และระบุแต่ละสิ่งเป็นรายสภาวธรรมต่างหากจากกันได้ แต่ยังมีลักษณะอีกประเภทหนึ่ง ซึ่งมีอยู่ทั่วไปในสรรพสิ่งอย่างเสมอภาคกัน เป็นลักษณะ ๓ ประการ หรือไตรลักษณ์ อันมีอยู่ในสังขารธรรมทั้งหลาย ซึ่งได้แก่ อนิจจลักษณะ ทุกขลักษณะ และ อนัตตลักษณะ

เพราะมีอนิจจลักษณะ สังขารจึงได้ชื่อว่า เป็นสภาวธรรมที่ไม่เที่ยงถาวร เพราะมีทุกขลักษณะ สังขารจึงได้ชื่อว่า เป็นสภาวธรรมซึ่งประกอบด้วยทุกข์ เพราะมีอนัตตลักษณะ สังขารจึงได้ชื่อว่า เป็นสภาวธรรมที่มิใช่ตัวตน ในที่นี้ ควรแยกแยะทำความเข้าใจในธรรมทั้ง ๖ ประเภทนี้ให้จงดี คือ อนิจจลักษณะ กับสภาวธรรมที่ไม่เที่ยงถาวร ทุกขลักษณะกับสภาวธรรมซึ่งประกอบด้วยทุกข์ อนัตตลักษณะกับสภาวธรรมที่มิใช่ตัวตน ทั้งนี้เพื่อมิให้เข้าใจสับสนปนเปกัน

เรามักได้ยินการพูดถึงความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา กันอยู่เนืองๆจน เคยชิน ทำให้เข้าใจไปว่า ลักษณะทั้ง ๓ มีอนิจจลักษณะเป็นต้นนั้น เป็นเรื่องพื้นๆ หาความลึกซึ้งอันใดมิได้ แท้จริงแล้ว นี้มิใช่เรื่องพื้นๆเลย แต่เป็นเรื่องที่ลึกซึ้งยิ่งนัก

เราทุกคนย่อมรู้ดีว่า อันสัตว์ทั้งหลายที่เกิดมามีชีวิตอยู่ ไม่วันใดวันหนึ่ง ย่อมล้มตายลง หรือวัตถุสิ่งของที่มีอยู่นั้น ไม่วันใดวันหนึ่ง ย่อมถึงแก่กาล พินาศไปอย่างแน่นอน ทรรศนะในเรื่องความไม่เที่ยงที่ทุกผู้คนมีอยู่เช่นนี้ มิใช่ ทรรศนะที่เป็นประมาณ (ไม่เพียงพอ) ต่อการน้อมนำมาเจริญวิปัสสนาภาวนา ทั้งความรู้เช่นนั้น ก็มิใช่ความรู้อันเป็นประมาณต่อการบรรลุมรรคผลแต่อย่างใด อนิจจลักษณะซึ่งโยคาวจรต้องศึกษาเรียนรู้ และน้อมนำมาเจริญภาวนาเพื่อ บรรลุมรรคผลนั้น เป็นสิ่งที่มีความละเอียดอ่อนและลุ่มลึกยิ่งนัก แม้ความทุกข์ ต่างๆก็เช่นกัน เป็นต้นว่า ความหิวโหย ความกระหาย ปวดหัว ปวดหู ปวดท้อง

ล้วนเป็นความทุกข์ที่ทุกคนรู้จักดีอยู่แล้ว แต่ความรู้เกี่ยวกับความทุกข์เพียงเท่านี้ ย่อมไม่เป็นประมาณต่อการเจริญวิปัสสนา สภาวะแห่งความทุกข์ในสังขารธรรม ซึ่งโยคาวจรผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาสมควรศึกษาให้เข้าใจ ย่อมมีความละเอียดอ่อนและลุ่มลึกยิ่งกว่านั้นมากมายนัก

ส่วนที่ลึกซึ้งในลักษณะทั้ง ๓ ของสังขาร มีอนิจจลักษณะเป็นต้น ซึ่งไม่อาจมองเห็นได้โดยง่ายนั้น ย่อมเป็นเพราะถูกปกปิดไว้ด้วยอำนาจแห่งสมมุติบัญญัติทั้ง ๓ คือ *สมูหบัญญัติ สัณฐานบัญญัติ* และ *สันตติบัญญัติ* ดังนั้น การจะน้อมนำเอาหลักไตรลักษณ์ มีอนิจจลักษณะเป็นต้น ให้เข้ามาสู่วิสัยแห่งปัญญา จนสามารถทำความเข้าใจให้รู้แจ้งได้นั้น จึงต้องใช้ปัญญานั่นแหละทำลายสมมุติบัญญัติทั้ง ๓ มีสมูหบัญญัติเป็นอาทิลงเสียก่อน จนสามารถมองเห็นปรมัตถธรรมล้วนๆได้ ถ้าแม้นว่าไม่สนใจแสวงหาปรมัตถธรรม มัวแสวงหาแต่สิ่งที่เป็นสมมุติบัญญัติ ย่อมไม่อาจรู้แจ้งในไตรลักษณ์ทั้งหลาย มีอนิจจลักษณะเป็นต้นได้เลย

สมมุติบัญญัติ ๓

เมื่อธาตุ ๔ มีปฐวีธาตุเป็นต้น มารวมตัวกัน ย่อมก่อเกิดวัตถุที่มีขนาดเล็กเป็นอย่างยิ่งขึ้น นี้เรียกว่า *รูปกลาป* ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่อาจมองเห็นได้ด้วยตา รูปกลาปมีขนาดเล็กแม้ยิ่งกว่าปรมาณู ซึ่งเป็นสิ่งที่ชาวโลกถือกันว่า มีขนาดเล็กอย่างที่สุดอยู่แล้ว ดังปรมาณูหนึ่งๆย่อมประกอบด้วยรูปกลาปเป็นจำนวนมหาศาล รูปกลาปที่มีขนาดเล็กมากอย่างยิ่ง จนไม่อาจมองเห็นได้ด้วยตาเหล่านี้ เมื่อมารวมตัวกันเป็นกลุ่มก้อนแล้ว ย่อมปรากฏแก่สายตาในฐานะเป็นวัตถุใหญ่โตได้

มนุษย์ย่อมเรียกสิ่งต่างๆโดยชื่อที่หลากหลาย ตามอาการปรากฏขึ้นของบรรดารูปกลาปเหล่านั้น เช่น ดิน น้ำ ก้อนหิน เหล็ก ทองแดง ทองคำ เงิน ต้นไม้ ท่อนไม้ ใบไม้ เปลือกไม้ เลือด เนื้อ กระดูก เส้นเอ็น เล็บ เป็นต้น วัตถุทั้งหลายที่ปรากฏให้เห็นหรือยอมรับกันว่าเป็นสิ่งของใหญ่โตนั้น แม้จะมีอยู่โดย

ฐานะเป็นดิน น้ำ ก้อนหิน เป็นต้น แต่ในความเป็นจริงแล้ว ย่อมเป็นเพียงรูปกลาปเท่านั้น สิ่งที่เรียกกันว่า ดิน หิน เป็นต้นนั้น เป็นเพียงอาการปรากฏของรูปกลาปที่รวมตัวกันเป็นกลุ่มก้อน ไม่มีสิ่งอื่นใด นอกจากอาการรวมตัวกันปรากฏขึ้นของรูปกลาป ว่าโดยหลักปรมัตถสัจจะ ย่อมไม่มีสิ่งใดตั้งอยู่จริงๆ เพราะเหตุดังกล่าว จึงเรียกปรากฏการณ์นั้นว่า *สมูหบัญญัติ*

ไม่ว่าจะพิจารณาดูสิ่งใดๆ ไม่ว่าจะมองไปยังวัตถุใดๆ อันมีอยู่ในโลกนี้ก็ตาม เรื่องที่จะมองเห็นรูปกลาปนั้นเป็นอันไม่มี ย่อมมองเห็นแต่เพียงสมูหบัญญัติเด่นชัดขึ้นมาเท่านั้น สมูหบัญญัติย่อมปกปิดปรมัตถสัจจะไว้ ดังนั้น จึงเป็นการยากที่จะหยั่งรู้ปรมัตถสัจจะได้ การศึกษาเรื่องปรมัตถธรรมย่อมเปรียบประดุจการใช้มือกล่าวคือปัญญาญาณ รื้อถอนผ้าคลุมแห่งสมูหบัญญัติซึ่งปกคลุมปรมัตถธรรมอยู่แล้วเหวี่ยงทิ้งไป ปล่อยให้แสงสว่างแห่งปัญญาสาดส่องลงมากำจัดความมืดแห่งสมูหบัญญัตินั้นเสียได้

รูปกลาปซึ่งรวมตัวกันขึ้นมาเป็นหนึ่ง ย่อมปรากฏเป็นรูปร่างโดยอาการต่างๆกัน เป็นต้นว่า เป็นรูปสี่เหลี่ยม มีลักษณะแบน มีความบางเบา มีน้ำหนักมาก มีความสูง หรือมีลักษณะต่ำเตี้ย แม้รูปร่างที่ปรากฏโดยอาการเช่นนี้แท้จริงแล้ว ก็มีเพียงรูปกลาปเท่านั้น หามีสิ่งอื่นใดไม่ รูปร่างอันปรากฏแก่จิตแต่มิได้มีอยู่โดยความเป็นจริงนี้แหละ ที่เรียกว่า *สัณฐานบัญญัติ*

ชื่อที่ใช้เรียกสรรพสิ่งต่างๆ ล้วนมาจากสัณฐานบัญญัติทั้งสิ้น เช่น เทวดา มนุษย์ เด็ก คนชรา สตรี บุรุษ ศีรษะ มือ เท้า ภูเขา วัว ควาย หมา แมว ต้นไม้ เถาวัลย์ ผลไม้ ใบไม้ ก้อนหิน เป็นต้น ในเวลาที่บุคคลได้พบเห็นมวลรวมของรูปกลาป หรือคิดถึงมวลรวมแห่งรูปกลาปอย่างใดอย่างหนึ่งอยู่ในใจ เขาย่อมไม่เห็นสิ่งนั้นในฐานะเป็นรูปกลาป แต่เห็นในฐานะเป็นบุรุษ ในฐานะเป็นสตรี ในฐานะเป็นต้นไม้ ในฐานะเป็นผลไม้ ในฐานะเป็นเก้าอี้ ในฐานะเป็นโต๊ะ ในฐานะเป็นเสื้อผ้า ในฐานะเป็นจานอาหาร หรือในฐานะเป็นถ้วยชาม ที่เป็นเช่นนี้ย่อมเป็นเพราะกองแห่งรูปกลาปอันเป็นปรมัตถธรรม ถูกสัณฐานบัญญัติปิดบังเอาไว้ การจะเห็นปรมัตถธรรมได้ จึงต้องทำลายความยึดติดในสัณฐานบัญญัติลงเสียก่อน

มวลรวมแห่งรูปกลาปซึ่งบุคคลสำคัญมั่นหมายว่า เป็นวัตถุอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือยึดถืออยู่ด้วยอำนาจแห่งสัณฐานบัญญัติ สิ่งนั้นอาจปรากฏแก่ชาวโลกว่าตั้งอยู่ได้นานเป็นหลายวัน หลายเดือน หรือหลายปี แต่แท้จริงแล้ว อายุของรูปกลาปนั้นสั้นแสนสั้นยิ่งนัก การดำรงอยู่แห่งรูปกลาปยังสั้นยิ่งกว่าชั่วพริบตาเดียวเสียด้วยซ้ำ ในโลกนี้ไม่ว่าจะเป็นวัตถุใดๆก็ตาม รูปกลาปทั้งหลายที่เป็นไปอยู่ในวันนี้ ไม่มีรูปใดเลยที่จะคงเหลืออยู่จนถึงวันพรุ่งนี้ได้ ครั้นถึงวันพรุ่งนี้ รูปกลาปที่มีอยู่ในวัตถุนั้น ล้วนย่อมเป็นรูปกลาปที่เกิดขึ้นใหม่ทั้งสิ้น หาใช่รูปกลาปที่มีอยู่ในวันนี้ไม่ ถึงวันมะรืนนี้ รูปกลาปเหล่านั้นก็ไม่มีเหลืออยู่เลยเช่นกัน ที่มีอยู่ในวันมะรืนนั้น ล้วนเป็นรูปกลาปที่เกิดขึ้นใหม่ทั้งหมดในวันนั้นนั่นเอง

มาตรว่ารูปกลาปทั้งปวงย่อมเกิดขึ้นและดับไป ในช่วงเวลาที่แสนสั้นยิ่งกว่าพริบตาดังกล่าวแล้วก็ตาม แต่การแตกดับไปแห่งรูปกลาปเดิม ย่อมเป็นปัจจัยก่อเกิดรูปกลาปอื่นหนึ่งใด หรือรูปกลาปที่มีจำนวนมากกว่านั้น อันมีลักษณะเหมือนกัน ขึ้นมาแทนที่ก่อนเสมอไป ด้วยเหตุนั้น ไม่ว่ารูปกลาปจะแตกดับไปสักเท่าใด ความบกพร่องในวัตถุนั้นย่อมไม่ปรากฏให้เห็นเลย จะเห็นแต่เพียงอาการที่วัตถุนั้นยังเป็นไปอยู่ดังเดิมนั่นแหละ สภาวะที่ปกปิดมิให้เห็นช่องว่างระหว่างรูปกลาปเก่าใหม่ ทั้งๆที่มีการแตกดับและการเกิดขึ้นใหม่มาทดแทนอยู่ตลอดเวลา นี้เรียกว่า *สันตติบัญญัติ* เนื่องเพราะถูกสันตติหรือการสืบต่อปิดบังเอาไว้เช่นนี้เอง รูปกลาปอันเป็นปรมัตถธรรมจึงไม่ปรากฏ แต่ที่เห็นอยู่เป็นเพียงวัตถุชิ้นเดิม ดังนั้น การหยั่งรู้รูปกลาปในระดับปรมัตถ์ให้เห็นจริงได้ จึงต้องใช้ปัญญาทำลายความยึดติดในสันตติบัญญัติลงเสียก่อน ด้วยว่าสันตติบัญญัตินี้แหละ คือ เครื่องปิดบังอำพรางอนิจจลักษณะไว้อย่างมิดชิดที่สุด

อนิจจลักษณะ

ในเวลาฝนตก น้ำฝนย่อมไหลลงสู่แหล่งน้ำ ก่อเกิดเป็นฟองน้ำอย่างต่อเนื่องกัน และแตกดับไปในเวลาอันรวดเร็ว หรือในเวลากระหน่ำตีกลอง เสียงย่อมดังกระหึ่มต่อเนื่อง และดับหายไปอย่างรวดเร็ว ฉันใด สังขารธรรมย่อม

เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง และดับสลายไปอย่างรวดเร็วในลักษณะเดียวกัน การดับสลายนี้หมายถึงดับไปโดยไม่เหลือเศษใดๆไว้เลย จะเรียกว่า "แตกดับ" ก็ย่อมได้ ไม่มีสังขารธรรมใดเลยที่จะดำรงคงอยู่ได้ แม้เพียงชั่วเวลาพริบตาเดียว นี้เป็นเรื่องที่เข้าใจได้ยาก จึงควรศึกษาเพิ่มเติมหรือสดับฟังจากท่านผู้รู้ เพื่อทำความเข้าใจในเรื่องนี้ให้ถูกต้อง

อนิจจลักษณะ คือ สภาวะที่สังขารทั้งหลายดับสลายหรือแตกดับไปอย่างรวดเร็ว เหตุเพราะสังขารทั้งหลายประกอบด้วยอนิจจลักษณะ จึงเป็นของไม่เที่ยง ความแตกดับนั้นแหละ คือ สภาวะอันเป็นประธานของอนิจจลักษณะ อาการที่ปรากฏชัดของอนิจจลักษณะนั้น ย่อมเห็นได้จากความแปรปรวนไปของสังขารในรูปแบบต่างๆกัน เช่น ความเสื่อมโทรม ความผ่ายผอมลง อาการบวมขึ้น ความสุกงอม อาการเหี่ยวแห้ง การถูกเจาะเป็นรู การแตกแยกออก การเป็นบาดแผล การแตกกระจาย การเกาะรวมกัน การละลายเป็นน้ำ ความบูดเสีย ความเน่าเสีย อาการที่ร่างกายเหี่ยวย่น อาการที่ตัวเตี้ยลง อาการมือเท้าแข็ง อาการหลังโกง อาการที่ผมหรือหนวดเคราหงอกขาว อาการตาบอด อาการหูหนวก อาการที่สุขภาพอ่อนแอมีโรคภัยเบียดเบียน ดังนี้

ในบรรดาสังขารทั้งหลายเหล่านั้น นามธรรมกล่าวคือจิตและเจตสิกย่อมมีอายุสั้นที่สุด อายุของจิตแต่ละดวงแบ่งออกเป็น ๓ ส่วน คือ *อุปปาทะ ฐิติ* และ *ภังคะ* ส่วนที่เป็นการเกิดขึ้นของจิตเรียกว่า อุปปาทะ การตั้งอยู่ของจิตที่เกิดขึ้นแล้วนั้นเรียกว่า ฐิติ ส่วน ภังคะ คือ กาลเวลาที่จิตดับไป ทั้ง ๓ ขณะนี้มีระยะเวลาเท่ากัน ไม่มากไม่น้อยไปกว่ากันแต่อย่างใด ขณะทั้ง ๓ ของจิต คือ อุปปาทะ ฐิติ และภังคะ (เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป) นี้แหละเป็นอายุของจิตแต่ละดวง

อายุของจิตอันประกอบด้วยขณะทั้ง ๓ นั้น สั้นยิ่งนัก ถึงกับไม่อาจมีสิ่งใดมาเปรียบเทียบได้เลย ช่วงเวลาของการกะพริบตาก็ดี ช่วงเวลาของการดีดนิ้วมือก็ดี ทั้ง ๒ นี้ล้วนเป็นสิ่งที่ชาวโลกยอมรับกันว่า เป็นเวลาแสนสั้นที่สุดอยู่แล้ว แต่คัมภีร์พระอภิธรรมกลับกล่าวว่า แม้แบ่งแยกช่วงเวลาอันแสนสั้นยิ่งนักของการกะพริบตาเพียง ๑ ครั้ง และซอยออกไปนับด้วย ๑ โกฏิ (๑๐ ล้าน) ส่วน อายุของจิตซึ่งเป็นไปในขณะทั้ง ๓ มีอุปปาทะเป็นต้น ย่อมได้เพียง ๑ เดียวใน ๑ โกฏิส่วน

นั้น การที่จะเข้าใจในปรากฏการณ์นี้ได้ ย่อมต้องมีความรู้ในเรื่องวิถีจิตเป็นอย่างดีแล้วเท่านั้น อายุของรูปมีความยาวเป็น ๑๗ เท่าของอายุจิต อย่างไรก็ตาม แม้ว่ารูปจะมีอายุเป็น ๑๗ เท่าของจิต แต่อายุของรูปก็ยังนับว่าสั้นยิ่งนัก คือ สั้นยิ่งกว่า ๑ ในแสนส่วนของระยะเวลาการกะพริบตาเสียอีก

การที่จะเข้าใจในอนิจจลักษณะได้เป็นอย่างดีนั้น สมควรต้องตอบคำถาม ๒ ข้อให้ได้เสียก่อน คือ (๑) เนื่องเพราะเหตุผลใด สังขารทั้งหลายจึงไม่เที่ยง เมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมไม่อาจดำรงคงอยู่ และแตกดับไปอย่างรวดเร็วยิ่งนัก? (๒) ถ้าอายุของสังขารทั้งหลายมีประมาณแสนสั้นเห็นปานนี้ อาศัยเหตุผลใด วัตถุหลากหลายเป็นอันมากซึ่งปรากฏอยู่ ณ เบื้องหน้าของเรา จึงปรากฏประหนึ่งว่าตั้งอยู่เป็นเวลานาน โดยมิได้ดับสลายไป? ปริศนาทั้ง ๒ ข้อนี้แหละ ที่โยคาวจรต้องเพียรพยายามแสวงหาคำตอบอันถูกต้องชัดเจนให้ได้

ขึ้นชื่อว่าปรมัตถธรรมแล้ว ย่อมเป็นเพียง “กิริยา” หรืออาการที่เป็นไปเท่านั้น เช่น ความแข็ง เป็นต้น สิ่งนี้มิใช่วัตถุ ไม่มีสรีระ ไม่มีรูปร่างสัณฐาน ดังมีบทบาลีรับรองว่า

สพฺเพปิ หิ ธมฺมา ตํ ตํ กิริยามตฺตาว โหนฺติ น เตสุ ทพฺพํ วา สณฺฐานํ วา วิคฺคโห วา อุปลพฺภติ.

เมื่อปรากฏการณ์ใดผ่านพ้นไปแล้ว “กิริยา” ของปรากฏการณ์นั้นย่อมดับสิ้นไปเป็นธรรมดา การยกมือขึ้น เป็นกิริยาอย่างหนึ่ง กิริยาคือการยกมือย่อมดำรงอยู่ตราบเท่าที่มือยังยกอยู่เท่านั้น ครั้นสิ้นสุดการยกมือแล้ว กิริยานั้นย่อมไม่อาจตั้งอยู่ได้ หลังจากการยกมือเสร็จสิ้นไปแล้ว ย่อมไม่มีความเป็นไปได้ที่กิริยานั้นจะดำรงอยู่ต่อไป การลดมือลงเป็นกิริยาอีกชนิดหนึ่ง กิริยานั้นก็เช่นกัน ย่อมดำรงอยู่ตราบเท่าที่มือลดลงเท่านั้น หลังจากลดมือลงแล้ว กิริยานั้นย่อมไม่มีอยู่อีกต่อไป การเดินไปเป็นกิริยาอย่างหนึ่ง ซึ่งตั้งอยู่เพียงตลอดการเดินไปเท่านั้น ครั้นหยุดเดิน กิริยาเดินก็สิ้นสุดลง หลังจากหยุดเดินแล้วกิริยาของการเดินย่อมหมดไปด้วย หลังจากนั้น ย่อมไม่มีความเป็นไปได้ที่กิริยานั้นจะดำรงอยู่อีกต่อไป เช่นเดียวกับสรรพกิริยาทั้งหลายที่เกิดขึ้นแล้วตลอด

ทั้งวัน กิริยาเหล่านั้นย่อมถึงแก่การดับสลายไปโดยไม่เหลือเลย นามธรรมและรูปธรรมเกิดขึ้นแล้วจะไม่ตั้งอยู่ แต่ย่อมดับสิ้นไปเลยทีเดียว เพราะความที่เป็นสักแต่ว่ากิริยานั่นเอง

สำหรับปัญหาที่ว่า ถ้าหากรูปธรรมเกิดขึ้นแล้วดับไปเพียงชั่วขณะเดียว เพราะเหตุใดบรรดาวัตถุทั้งหลายมีต้นไม้ ก้อนหิน เป็นต้น จึงปรากฏประดุจตั้งอยู่ได้นาน? คำตอบมีดังนี้

ในวัตถุที่มีขนาดเพียงเมล็ดมัสตาร์ด อาจมีรูปกลาปได้มากกว่าจำนวนแสนๆ รูปกลาปเหล่านั้นแม้แตกดับไป ก็ไม่ได้แตกดับพร้อมกันทั้งหมด ได้อธิบายแล้วว่า รูปกลาปหนึ่งๆย่อมดำรงอยู่ถึง ๑๗ ขณะจิต การดำรงอยู่ของจิตแต่ละดวงยังแบ่งออกเป็น ๓ ขณะ คือ อุปปาทะ ฐิติ และภังคะ เมื่อแบ่งออกเป็น ๓ ขณะเช่นนี้ จิต ๑๗ ดวงจึงแยกออกไปเป็น ๕๑ ขณะย่อย ในบรรดาขณะย่อยเหล่านั้น ส่วนแรกหรือขณะย่อยอันดับที่ ๑ เป็นช่วงเวลาการเกิดขึ้นของรูปและรูปนั้นย่อมดับไปในขณะย่อยลำดับที่ ๕๑ แต่ช่วงเวลาที่เหลือในส่วนกลางอีก ๔๙ ขณะย่อย เป็นเวลาตั้งอยู่ (ฐิติ) ของรูปธรรม คือ รูปธรรมย่อมเป็นไปอยู่ในช่วงนั้นเอง

วัตถุแต่ละชิ้นที่ปรากฏขึ้นในคลองจักษุของเรา ย่อมมีรูปกลาปซึ่งเป็นไปอยู่ในช่วงเวลาหนึ่งจาก ๕๑ ขณะย่อยนั้นเช่นกัน รูปกลาปทั้งหลายย่อมมีทั้งรูปที่ดำรงอยู่โดยผ่าน ๒ ส่วนของกาลเวลาไปแล้ว และรูปกลาปที่ดำรงอยู่โดยผ่าน ๓ ส่วน หรือ ๔ ส่วน ของกาลเวลาไปแล้ว ด้วยเหตุนี้เอง ในขณะเมื่อรูปกลาปจำนวนหนึ่งดำรงอยู่จนถึงขณะย่อยลำดับที่ ๕๐ และแตกดับไปเมื่อถึงลำดับที่ ๕๑ แล้วนั้น จึงยังมีรูปกลาปอื่นๆ ซึ่งเป็นมวลรวมแห่งรูปกลาปในวัตถุเดียวกันนั้นแหละ เหลือดำรงอยู่อีกเป็นจำนวนมาก (เพราะยังไม่ถึงเวลาแตกดับ) ครั้นรูปกลาปจำนวนหนึ่งแตกดับลง ณ ขณะย่อยลำดับที่ ๕๑ รูปกลาปอื่นๆ ซึ่งในเวลาเดียวกันนั้นยังมิได้บรรลุถึงขณะย่อยลำดับที่ ๕๑ ย่อมดำรงคงอยู่ต่อไปอีก ด้วยอาการเช่นนี้แล ตราบใดวัตถุชิ้นนั้นยังคงอยู่ รูปกลาปทั้งหลายซึ่งมีอยู่ในวัตถุนั้นย่อมไม่แตกดับลงในเวลาเดียวกันจนหมดสิ้นได้เลย

แม้รูปกลาปย่อมก่อเกิดลูกหลานได้เช่นกัน กล่าวคือ เมื่อรูปกลาปแต่ละหน่วยจะแตกดับไปนั้น ย่อมเป็นปัจจัยให้เกิดรูปกลาปอื่นในประเภทเดียวกันอีก ๑ หน่วย หรือมากกว่านั้นก่อน แล้วจึงแตกดับ เปรียบเหมือนมนุษย์ที่ตายๆกันไปนั้น ช่วงหนึ่งของชีวิตย่อมมีลูกหลานสืบทอดก่อน แล้วจึงตายไป ดังนั้น ไม่ว่าคนจะตายไปสักเท่าใด โลกก็ไม่มีวันว่างเปล่าจากมนุษย์ได้เลย รูปกลาปที่มีอยู่ในวัตถุอย่างหนึ่ง ไม่ว่าจะแตกดับไปมากมายสักเพียงใด ย่อมเป็นปัจจัยก่อเกิดรูปกลาปอื่นๆในทำนองเดียวกันก่อน แล้วจึงแตกดับ เมื่อเป็นเช่นนี้ จึงไม่ปรากฏว่า วัตถุที่ตั้งอยู่ดังกล่าว จะมีสิ่งใดพร่องหายไปแต่อย่างใด

การที่วัตถุทั้งหลายเป็นต้นว่า ต้นไม้และก้อนหิน ปรากฏอยู่ประหนึ่งเป็นเวลาอันยาวนานโดยไม่มีความเปลี่ยนแปลง ย่อมเป็นเพราะว่า (๑) รูปกลาปที่แตกดับไป ย่อมก่อเกิดรูปกลาปลูกหลานก่อน แล้วจึงแตกดับไป (๒) รูปกลาปทั้งปวงย่อมไม่แตกดับไปในเวลาเดียวกัน (๓) การเกิดขึ้นและดับไปของรูปกลาปทั้งหลายเป็นไปอย่างรวดเร็วยิ่งนัก จนไม่อาจเห็นช่องว่างในระหว่างเหตุการณ์ทั้ง ๒ นั้นได้เลย แม้รูปทั้งหลายในวัตถุสิ่งของทั้งปวง ย่อมเกิดขึ้นและแตกดับต่อเนื่องกันไปในเศษเสี้ยวของชั่วพริบตา โดยไม่มีหยุดหย่อนเลย แต่การเกิดดับอย่างต่อเนื่องนั้น ย่อมถูกสันตติหรือขบวนการอันเป็นไปอย่างรวดเร็ว ซึ่งเชื่อมต่อความเกิดดับนั้นแหละปิดบังเอาไว้ การที่จะเห็นสภาวะเกิดดับได้ จึงจำเป็นต้องทำลายความยึดติดในสันตติบัญญัติลงให้ได้เสียก่อน

แม้จะกล่าวว่า รูปกลาปย่อมก่อเกิดลูกหลานเป็นรูปกลาปก่อน จึงแตกดับไป ดังนี้ แต่จะเป็นเช่นนั้นเสมอไปก็หาไม่ เมื่อขบวนการเกิดดับเป็นไปได้สักระยะหนึ่งแล้ว รูปกลาปย่อมอ่อนกำลังลง เมื่อรูปกลาปไม่มีเหตุปัจจัยอันจำเป็นต่อการเกิดขึ้นของรูปกลาปลูกหลาน หรือเมื่อรูปกลาปได้รับผลกระทบจากปัจจัยอันเป็นปฏิปักษ์กัน ย่อมแตกดับไปโดยไม่มีรูปกลาปลูกหลานสืบต่ออีก เหล่านี้คือเหตุผลที่วัตถุทั้งหลายเป็นอันมาก ซึ่งเคยปรากฏ ณ เบื้องหน้าของเราอยู่ช่วงระยะเวลาหนึ่ง ในที่สุด ย่อมดับสลายหายไปอย่างสิ้นเชิงเลยทีเดียว

ถ้าปฐวีธาตุเป็นแต่เพียง “กิริยา” เท่านั้น อาศัยเหตุผลอันใดเล่า สิ่งทั้งหลายเป็นต้นว่า สัตว์บุคคล ร่างกาย ต้นไม้ ก้อนหิน จึงปรากฏประหนึ่งว่ามีอยู่

จริงได้? นี้เป็นปัญหาที่ลุ่มลึกยิ่งนัก ซึ่งจำเป็นต้องวิเคราะห์ให้ประจักษ์ชัด ดังต่อไปนี้

ที่ใดมีขบวนการกิริยาที่รวดเร็วอย่างยิ่งเป็นไปอยู่ ในที่นั้น แม้วัตถุมิได้มีอยู่จริง ก็อาจปรากฏประดุจว่ามีอยู่ได้ เช่น ถ้ากวัดแกว่งคบไฟอย่างรวดเร็ว เหตุเพราะความรวดเร็วนั้นแหละ คบไฟเพียงหนึ่งเดียวนั้น ย่อมปรากฏเป็นเส้นวงตามอาการที่แกว่งนั้นเอง หรือเมื่อวงล้อซึ่งประกอบด้วยซี่ทั้งหลายหมุนไปอย่างรวดเร็ว วงล้อนั้นย่อมปรากฏประดุจเป็นวงล้อทึบ หรือเป็นแผ่นกลมๆ (มองไม่เห็นซี่) นี้มิใช่เป็นเพียงแต่สิ่งที่ปรากฏแก่สายตาเท่านั้น วงล้อซึ่งประกอบด้วยซี่ถี่ๆเหล่านั้น ในขณะที่หมุนไปอย่างรวดเร็ว หากลองเอามือค่อยๆ ราดู ความรู้สึกที่ฝ่ามือสัมผัสอาจไม่เป็นไปในลักษณะที่ว่านั้น ซึ่งเป็นวงล้อที่เต็มไปด้วยช่องว่างระหว่างซี่ แต่ย่อมรู้สึกเหมือนวัตถุที่มีลักษณะทึบ และมีพื้นผิวเป็นแผ่นราบปราศจากช่องว่าง การปรากฏภาพเช่นนั้น หรือให้ความรู้สึกเช่นนั้น ย่อมเนื่องมาจากสภาวะของขบวนการกิริยาที่เป็นไปด้วยความเร็วสูงจนทำให้เห็นหรือรู้สึกไปว่า วงล้อนั้นไม่มีช่องว่างอยู่เลยได้

ธาตุอันเป็นปรมัตถ์ไม่จำเป็นต้องอาศัยที่ทางอันกว้างใหญ่ สำหรับความเป็นไปของ "กิริยา" แต่อย่างใด ไม่เหมือนกับแขนขาซึ่งต้องการบริเวณในการทำกิริยาอาการแกว่งไปมา พื้นที่ที่จำเป็นสำหรับความดำรงอยู่และสำหรับอาการที่เป็นไปในกิริยาของธาตุ ซึ่งเป็นปรมัตถธรรมแต่ละหน่วยนั้น ยังน้อยกว่าพื้นที่ที่จำเป็นสำหรับปรมาณูแต่ละหน่วยเป็นร้อยเท่าพันเท่าเสียอีก อาการและความเป็นไปในกิริยาของธาตุทั้งหลายอันเป็นปรมัตถ์ ย่อมเกิดมีขึ้นในฐานะเป็นขบวนการต่อเนื่อง ซึ่งรวดเร็วจนหาช่องว่างในระหว่างไม่ได้ และติดแนบแน่นสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน จนไม่สามารถแยกธาตุหนึ่งออกจากอีกธาตุหนึ่งได้ ทั้งหมดนี้แม้พื้นที่เพียงขนาดเมล็ดมัสตาร์ดก็กว้างขวางเกินพอแล้ว

เมื่อกิริยาในธาตุปรมัตถ์ดำเนินไปอยู่ด้วยอาการเช่นนั้น ขบวนการแห่งกิริยาย่อมปรากฏและให้ความรู้สึกประหนึ่งว่า มีวัตถุเป็นชิ้นเป็นอันขึ้นมา การณ์ทั้งนั้นย่อมเป็นไปเนื่องเพราะความละเอียดอ่อน ความรวดเร็ว และความสัมพันธ์อย่างแนบแน่นของกิริยาแห่งธาตุทั้งหลาย เหมือนคบไฟที่ถูกกวัดแกว่งอย่าง

รวดเร็ว ย่อมปรากฏเป็นวงกลม หรือเหมือนวงล้อที่มีซี่กำลังหมุนไปอย่างรวดเร็ว ทำให้ดูเป็นวงล้อทึบไปได้เช่นกัน ขบวนการอันเป็นเพียงสักว่ากิริยาแห่งธาตุในที่นั้น ย่อมถูกปกปิดไว้ด้วยสภาวะทั้ง ๒ คือ สันตติและความเป็นมวลรวม (กลุ่มก้อน) ด้วยประการฉะนี้

ควรใช้ปัญญาทำลายฆนสัญญา หรือความสำคัญมั่นหมายในความเป็นกลุ่มก้อน และพยายามพิจารณาปรมัตถธรรมจนเห็นแจ้งว่า การที่ธาตุอันเป็นปรมัตถ์ล้วนๆ ปรากฏอยู่โดยความเป็นกลุ่มก้อนหรือเป็นวัตถุ แม้ไม่มีอยู่โดยความเป็นจริง แต่ให้ความรู้สึกประหนึ่งว่ามีอยู่จริงนั้น ล้วนเนื่องมาจากความเป็นไปอย่างรวดเร็วของกิริยาโดยแท้ ทั้งๆที่โดยความเป็นจริงแล้ว ย่อมมีแต่ขบวนการกิริยาเท่านั้น นี้เป็นเรื่องที่ลึกซึ้ง มิใช่เรื่องที่อาจเข้าใจกันได้ เพียงเพราะอ่านตำรับตำรามา หรือเพียงเพราะได้ฟังคนอื่นพูดอย่างนั้นอย่างนี้ก็หาไม่ คือ เป็นเรื่องที่อาจจะเข้าใจอย่างถ่องแท้ ก็ต่อเมื่อได้ใช้เวลาพิจารณาอย่างจริงจังและไตร่ตรองอย่างถ้วนถี่ ตามที่ได้อ่านหรือได้ศึกษามาจากท่านผู้รู้แล้วเท่านั้น จึงขอให้พยายามทำความเข้าใจให้จงได้

รูปวิกฤติ

วัตถุใดในเบื้องต้นตั้งอยู่ด้วยอาการอย่างหนึ่งแล้ว ภายหลังกลับแปรเปลี่ยนไปโดยอาการอย่างอื่น ภาวะเช่นนี้เรียกว่า *วิกฤติ* อันรูปธรรมซึ่งไม่ดำรงตั้งอยู่แม้ชั่วเวลาแห่งการกะพริบตา ย่อมไม่อาจมีเวลาเพียงพอที่จะแปรเปลี่ยนไปสู่อาการอย่างอื่น แล้วตั้งอยู่เช่นนั้นได้ ดังนั้น รูปวิกฤติจึงมิอาจเป็นไปได้โดยความเป็นจริง

แต่ภาวะ “วิกฤติ” ซึ่งชาวโลกยอมรับกันว่ามีอยู่จริงนั้น แท้จริงหาใช่เป็นภาวะที่สิ่งหนึ่งแปรเปลี่ยนไปเป็นอีกสิ่งหนึ่งไม่ แต่เป็นรูปธรรมซึ่งเดิมมีอยู่ในวัตถุอย่างใดอย่างหนึ่ง หลังจากรูปธรรมนั้นแตกดับไปแล้ว ย่อมก่อเกิดรูปธรรม “อื่น” อย่างต่อเนื่องในขบวนการเดียวกันกับรูปธรรมเดิมนั้นแหละ เป็นรูปธรรมอื่นซึ่งต่างหากไปจากรูปธรรมที่เคยมีอยู่ในกาลก่อน (มิใช่ “รูปธรรมเดิม” เปลี่ยน

ลักษณะไปแล้วตั้งอยู่) ภาวะเช่นนี้ย่อมเป็นไปเพราะอนิจจตาหรือความไม่เที่ยงอันมีอยู่ในรูปธรรมทั้งหลายนั่นเอง ถ้ารูปธรรมเป็นสภาวะที่เที่ยงแท้ถาวร ย่อมสมควรตั้งอยู่เช่นนั้นตลอดกาลเป็นนิตย์ วัตถุบางอย่างที่เป็นอยู่ในวันนี้ ครั้นถึงวันพรุ่งกลับปรากฏว่า ได้แปรเปลี่ยนไปเป็นอย่างอื่นแล้ว และเมื่อบรรลุถึงวันมะรืนเล่า ย่อมแปรเปลี่ยนไปเป็นอย่างอื่นอีก ซึ่งแตกต่างจากอาการที่ปรากฏอยู่ในวันก่อนนั้น การณ์ดังนี้ย่อมเป็นไปด้วยอำนาจแห่งอนิจจตานั่นเอง

วิกฤติแห่งรูปทั้งหลายย่อมเกิดขึ้นได้ด้วยเหตุหลายประการ กล่าวคือ เพราะได้รับเหตุปัจจัยอันเอื้ออำนวย เพราะไม่ได้รับเหตุปัจจัยอันเอื้ออำนวยอย่างเพียงพอ เพราะไม่ได้รับเหตุปัจจัยอันเอื้ออำนวยด้วยประการทั้งปวง เพราะประกอบด้วยเหตุปัจจัยอันเป็นปฏิปักษ์ และเพราะอ่อนกำลังลงจากขบวนการสืบต่อที่ดำเนินมาเป็นเวลานานแล้ว

ทุกขลักษณะ

ลักษณะของความทุกข์ในสังขารทั้งหลาย ได้แก่ (๑) ย่อมบีบคั้นสัตว์อยู่เป็นนิตย์ด้วยสภาวะทั้ง ๒ คือ การเกิดขึ้นและการแตกดับไป (๒) ย่อมเป็นสภาวะอันน่าสะพรึงกลัว (๓) ย่อมเป็นสภาวะก่อเกิดภัยอันตราย (๔) ย่อมเป็นแดนเกิดแห่งความทุกข์ทั้งปวง เหตุเพราะสังขารทั้งหลายประกอบด้วยทุกขลักษณะ จึงเป็นทุกข์ รูปกลาปอันมีจำนวนมากมายสุดคณานับในร่างกายนี้ย่อมแตกดับไปตลอดกาลเป็นนิตย์ ประดุจฟองน้ำซึ่งเกิดขึ้นและแตกดับไปแล้วๆเล่าๆ บนพื้นผิวหนองน้ำในยามฝนตกหนัก หรือเมล็ดมัสตาร์ดในกระทะร้อนจัด ย่อมแตกออกนั้นแล สัตว์ทั้งหลายย่อมเป็นทุกข์ เพราะการแตกดับสลายไปแห่งรูปขันธ์ซึ่งตนเองเข้าไปยึดติดเหล่านั้น

รูปใหม่ย่อมเกิดมีขึ้นอย่างต่อเนื่องเพื่อทดแทนรูปที่แตกดับไปแล้ว นี้คือเหตุผลหลักที่ทำให้อัตภาพดำเนินต่อไปได้ ดังนั้น สัตว์ทั้งหลายจึงต้องกระทำกิจเป็นอันมาก เช่น ให้ข้าวน้ำแก่ร่างกาย เพื่อบำรุงรักษาและก่อเกิดรูปอันมีประการต่างๆ ขึ้นมาทดแทนรูปทั้งหลายซึ่งแตกดับไปแล้วเหล่านั้น ใช่แต่เพียง

ข้าวน้ำเท่านั้นก็หาไม่ ยามป่วยไข้ย่อมต้องหาหยูกยามารักษา เมื่อรู้สึกหนาวเย็นเกินไป ย่อมต้องแสวงหาความอบอุ่น ถ้าหากร้อนเกินไป ย่อมต้องปรับอากาศให้เย็นลง ต้องเหนื่อยยากและทนทุกข์เพราะเรื่องทำนองนี้นับร้อยแปดพันประการ เพื่อยังรูปธาตุใหม่ให้เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง และดำรงรักษาร่างกายนี้ให้เป็นไปได้ ถ้าไม่กระทำดังนั้น รูปใหม่ย่อมไม่เกิดขึ้น และอัตภาพนี้ก็ไม่อาจเป็นไปได้เช่นกัน

ความทุกข์นานัปการที่ต้องทนทรมานเพื่อยังรูปทั้งหลายให้เกิดมีขึ้นนั้น ถ้ารูปที่เกิดขึ้นแล้วเป็นของเที่ยง ย่อมไม่มีเหตุผลใดที่บุคคลจะต้องทนทุกข์ดังกล่าว หรือถ้ารูปเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้เอง ก็ย่อมไม่มีเหตุผลใดต้องทนทุกข์นั้นเช่นกัน แต่เพราะในความเป็นจริง สภาวะของรูปย่อมไม่เป็นโดยนัยทั้ง ๒ ประการนี้นั่นเอง บุคคลผู้มีความยึดติดในรูป อาศัยรูปเป็นที่พึ่งให้ได้รับความสุข จึงต้องทนทุกข์อยู่ตลอดกาลเลยทีเดียว เพราะต้องทนทุกข์เพื่อยังรูปให้เกิดมีขึ้นเช่นนี้แล จึงกล่าวได้ว่า นี้คือสภาวะที่รูปเบียดเบียนสัตว์ทั้งหลายให้ได้รับความทุกข์เพราะอาศัยการเกิดมีขึ้นของรูปเหล่านั้นนั่นเอง

รูปซึ่งก่อเกิดความทุกข์เป็นอเนกอนันต์เหล่านี้ แท้จริงย่อมแตกดับไปในชั่วขณะเดียวเท่านั้น แม้การแตกดับนั้นก็เป็นความทุกข์อันยิ่งใหญ่นัก สำหรับบุคคลผู้ยึดมั่นในรูปโดยความเป็นอัตตา การก่อเกิดความทุกข์เช่นนั้น คือ อาการที่รูปเบียดเบียนสัตว์ให้ได้รับทุกข์เพราะการแตกดับ การเบียดเบียนสัตว์ให้ทุรนทุรายด้วยความทุกข์เช่นนี้แหละ คือ ทุกขลักษณะอันมีอยู่ในรูปขันธ์ ใช่แต่รูปขันธ์เท่านั้นก็หาไม่ สังขารทั้งปวงย่อมกระทำเหล่าสัตว์ผู้ยึดมั่นถือมั่นในสังขารว่าเป็นตัวตนและเข้าไปยึดติดในสังขารเหล่านั้น ให้ทุรนทุรายอยู่เป็นนิตย์เช่นเดียวกัน

ทุกขสภาวะในวิญญาณธาตุ

แม้ร่างกายมีอยู่ แต่ถ้าปราศจากวิญญาณธาตุแล้ว ร่างกายนั้นย่อมไม่อาจรู้สึกรู้สาอะไรได้เลย วิญญาณธาตุจึงเป็นสภาวธรรมที่จำเป็นสำหรับบุคคลเพื่อสามารถรับรู้ "รสอร่อย" และความรู้สึกอันน่าพอใจ แต่ร่างกายก็เป็นสิ่งที่

จำเป็นเช่นกัน ในฐานะเป็นภาชนะรองรับ หรือเป็นที่เกิดขึ้นของวิญญาณธาตุ อันวิญญาณธาตุทั้งปวงที่เกิดแล้วเกิดเล่าอยู่ตลอดเวลานั้น ล้วนแตกดับไปอย่างรวดเร็วยิ่งกว่ารูปธาตุมากมายนัก ดังนั้น ผู้มีความยึดมั่นถือมั่นในวิญญาณธาตุ จึงปรารถนาให้วิญญาณธาตุเกิดแล้วเกิดเล่าตลอดไป

แม้บุคคลจะมีความอยากด้วยอำนาจแห่งความยึดมั่นสักเพียงใด ถ้าปราศจากความถึงพร้อมแห่งเหตุปัจจัย วิญญาณธาตุย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ ดังจักขุวิญญาณจะเกิดมีขึ้นได้ ก็ด้วยอาศัยดวงตาที่เป็นปกติดี (ไม่พิการ) และต้องมีภาพมาปรากฏขึ้นเท่านั้น แม้โสตวิญญาณจะเกิดมีขึ้นได้ ก็ต้องอาศัยเหตุปัจจัยอันเหมาะควรเช่นเดียวกัน เหตุปัจจัยที่เอื้อต่อการเกิดขึ้นของวิญญาณทั้งหลายมีจักขุวิญญาณเป็นอาทิ เป็นสภาพที่ไม่เที่ยง บุคคลผู้มีความปรารถนาในการเกิดขึ้นของวิญญาณ จึงต้องเหนื่อยยากเป็นอันมาก และต้องทนทุกข์เป็นเอนกประการในภารกิจทั้งหลาย มีการป้อนข้าวป้อนน้ำ แสวงหาเครื่องแต่งตัวและให้หยูกยา เป็นต้น เพื่อยังอินทรีย์ซึ่งเป็นแดนเกิดของวิญญาณให้ดำเนินต่อไปได้

แม้อินทรีย์จะมีอยู่ก็ตาม แต่สิ่งนั้นยังไม่เพียงพอต่อการเกิดขึ้นสำหรับวิญญาณธาตุ ซึ่งเป็นผู้เสพเสวยอารมณ์ ดังนั้น จึงจำเป็นต้องแสวงหาอารมณ์ร้อยแปดพันประการ แล้วน้อมนำมาสู่วิญญาณ โดยที่อารมณ์ซึ่งผ่านเข้ามาโดยบังเอิญ หรืออารมณ์ที่เกิดขึ้นเองโดยไม่ตั้งใจแสวงหา มักเป็นอารมณ์ที่ไม่ค่อยน่าพึงพอใจ จักขุวิญญาณอันเป็นที่ตั้งแห่งความยินดีจึงไม่เกิดขึ้น จักขุวิญญาณซึ่งเป็นเหตุให้เกิดความยินดีและความสุข ต้องอาศัยอารมณ์ที่น่าพอใจ เป็นต้นว่า เครื่องนุ่งห่มหรือเครื่องแต่งกายที่สวยงาม บ้านเรือน เครื่องเรือน ต้นไม้ใบหญ้า ยวดยานพาหนะ ภรรยา และบุตร เป็นต้น ในกรณีการเกิดขึ้นของโสตวิญญาณก็เป็นเช่นเดียวกันนั้นแล สภาพที่ต้องแสวงหาวัตถุอันเป็นอารมณ์สำหรับวิญญาณให้เกิดมีขึ้นอยู่ร่ำไป หรือต้องเลี้ยงดูภรรยาและบุตรตลอดไปนั้น ทั้งหมดนี้เป็นภาระที่ยากลำบากและเป็นความทุกข์ ภาวะที่ต้องทนทุกข์ทั้งปวงเหล่านี้ ล้วนมีต้นเหตุมาจากวิญญาณทั้งสิ้น ตราบใดบุคคลยังมีความอยาก และยังยึดติดอยู่ในวิญญาณธาตุ ตราบนั้นวิญญาณธาตุย่อมทำให้เขา

ทุรนทุราย ด้วยการนำทุกข์โทษมาให้อย่างไม่สร่างซา นี้เป็นทุกขลักษณะในวิญญาณธาตุ ซึ่งเบียดเบียนบุคคลอยู่ตลอดกาลเป็นนิตย์

ทุกขลักษณะในความสุข

แม้โยคาวจรจะสามารถหยั่งรู้ถึงความทุกข์ในสังขารประเภทอื่นๆได้ แต่บางทีอาจมองข้ามความทุกข์ในความสุขไปก็เป็นได้ จึงควรต้องพิจารณาความสุขแต่ละอย่าง โดยแยกแยะออกเป็นส่วนๆ ให้เห็นอย่างชัดเจนเลยทีเดียว ช่วงเวลาที่สุขเวทนากำลังเป็นไปอยู่นั้นแหละ เป็นเวลาเหมาะที่สุด ธรรมดาสุขเวทนาอันเป็นส่วนหนึ่งของวิญญาณธาตุ ย่อมแตกดับและอันตรธานไปอย่างรวดเร็วดุจเดียวกับวิญญาณ การเกิดขึ้นแต่ละครั้งของสุขเวทนา ย่อมเป็นเหมือนการเอาขนมหวานถ้วยหนึ่งมาล่อให้เด็กน้อยเห็น (แต่ไม่ได้ยื่นให้) ครั้นแล้วกลับเอาหลบหนีไปเสีย เด็กน้อยเมื่อเห็นขนมหวานแต่ไม่ได้รับประทานย่อมได้แต่เสียใจ ในทำนองเดียวกัน ความสุขเป็นธรรมชาติไม่ยั่งยืน ครั้นเกิดขึ้นแล้ว มีแต่ดับสลายไป ความแตกดับของความสุขนั้น ย่อมทำให้บุคคลเกิดความโทมนัสแต่เพียงถ่ายเดียวโดยแท้

สิ่งใดที่บุคคลเข้าไปยึดติด ครั้นแตกดับไปย่อมก่อเกิดเป็นความทุกข์ ธรรมดาสัตว์ทั้งหลายย่อมยึดติดในความสุขมากกว่าสิ่งอื่นใดทั้งหมด การที่บุคคลหลงยึดติดในภรรยา บุตร ทรัพย์สินเงินทอง ก็เป็นด้วยเหตุผลที่ว่า สิ่งเหล่านั้นทำให้เขารู้สึกเป็นสุข ครั้นบุคคลหรือวัตถุอันเป็นเหตุแห่งความสุข มีภรรยาเป็นต้น ถึงแก่กาลล่วงลับไป เขาย่อมมีแต่ความทุกข์ โดยนัยเดียวกัน สุขเวทนาเหล่านั้นซึ่งเกิดมีขึ้นแล้ว ครั้นดับสลายไป ย่อมทำให้บุคคลมีแต่ความทุกข์โดยแท้ ความสุขทุกอย่างที่เกิดขึ้นในจิตตสันดาน มักทำให้บุคคลนั้นเดือดร้อนทุรนทุราย เพราะอาศัยความแตกดับไปแห่งสุขเวทนาเหล่านั้นนั่นเอง เวทนาเป็นสภาวธรรมที่มักไม่อยู่ในวิสัยของจิต ยากจะกำหนดเห็นได้ทันท่วงที เพราะความที่มีธรรมชาติแตกดับไปเพียงชั่ว “ขณะ” เดียว จึงควรพิจาณาเห็นความแตกดับของเวทนา โดยความแตกดับไปของสันตตินั้นแล

สันตติ คือ ขบวนการต่อเนื่องของเวทนาซึ่งเกิดขึ้นแล้ว ในเวลาที่บุคคลชื่นชมอยู่กับภาพอันงดงามอย่างใดอย่างหนึ่ง เขาย่อมเสวยสุขเวทนาตราบเท่าที่ยังคงเห็นภาพนั้น ครั้นหยุดมองดูภาพแล้ว ความสุขนั้นย่อมพลันหายไปด้วยขบวนการของสุขเวทนาซึ่งเกิดต่อเนื่องขณะมองดูภาพนั้น แท้จริงคือสันตติประเภทหนึ่ง ถ้าพิจารณาจากมุมมองของความแตกดับ ย่อมเข้าใจได้โดยง่าย ดังผู้ได้ยินได้ฟังเสียงอันไพเราะ ย่อมมีความสุขตราบเท่าที่ยังเพลิดเพลินอยู่กับเสียงนั้น แต่เมื่อเสียงที่ฟังอยู่นั้นจบลง ความสุขในเสียงย่อมสิ้นสุดลงเช่นกัน ยามเมื่อกลิ่นอันหอมหวนลอยมาสัมผัสฆานประสาท ความสุขจากการสูดดมกลิ่นหอม ย่อมดำรงอยู่ตราบเท่าที่ยังได้รับกลิ่นหอมอยู่เท่านั้น เมื่อกลิ่นหอมดังกล่าวจางหายไป ความสุขนั้นย่อมสิ้นสุดลงด้วยเช่นกัน หรือแม้แต่อาหารที่มีรสอร่อย เมื่อยังอยู่ในปากตราบใด ความสุขอันเกิดจากรสนั้นย่อมดำรงอยู่ พอกลืนอาหารลงไป ความสุขนั้นก็สิ้นสุดตามไปด้วย ในทำนองเดียวกัน สัมผัสอันเป็นที่น่าสบายแก่ร่างกายย่อมยังสุขเวทนาให้เป็นไปในกาย แต่เมื่อสัมผัสนั้นสิ้นสุดลง สุขเวทนาย่อมสิ้นสุดลงด้วยแทบจะในทันทีเลยทีเดียว

ความสุขอันเกิดจากการได้รับโชคลาภหรือได้รับยศตำแหน่ง ย่อมดำรงอยู่ตราบเท่าที่จิตของผู้นั้นยังไม่ถูกส่งไปยังเรื่องอื่น ครั้นจิตหันไปหมกมุ่นกับอารมณ์อื่น หรือตกลงสู่ภวังค์ ความรู้สึกเป็นสุขดังกล่าวนั้นย่อมเป็นอันสิ้นสุดลง เหตุเพราะความสุขต่างๆที่ได้รับ ย่อมแตกดับและสิ้นสุดลงด้วยอาการเช่นนี้ บุคคลผู้แสวงหาความสุขจึงต้องกระทำอะไรต่อมิอะไรอยู่ร่ำไป เพื่อให้ได้มาซึ่งความสุขนั้นๆ แทบทุกสิ่งทุกอย่างที่ผู้คนกระทำกัน ล้วนเป็นไปเพื่อแสวงหาความสุขทั้งสิ้น ดังมนุษย์ยินยอมล้างถังอุจจาระ ซึ่งเพียงเข้าใกล้กลิ่นก็รุนแรงจนแทบปวดหัวแล้ว หรือยอมเสี่ยงตายเข้าสู่สมรภูมิเพื่อทำสงคราม ซึ่งเต็มไปด้วยเสียงปืนยิงถล่มใส่กัน และเสียงระเบิดดังกึกก้องราวกับเสียงฟ้าผ่า จริงๆ แล้วก็เพื่อบรรลุความสุขสบายในบั้นปลายแท้ๆ ถ้าความสุขเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้เอง มนุษย์ย่อมไม่จำเป็นต้องเหนื่อยยาก หรือทนทุกข์ทรมาน โดยไม่มีขอบเขตไม่มีประมาณ เที่ยวแสวงหาความสุขอยู่ร่ำไป ความสุขสบายย่อมได้มาจากความเหนื่อยยาก หรือจากความทุกข์ ดังมนุษย์ล้วนต้องทนทุกข์อย่างหนักไม่มี

ว่างเว้น เพียงเพื่อสุขเวทนาเท่านั้น ไม่มีสังขารธรรมอื่นใดที่จะนำความทุกข์มาให้และทำให้สัตว์ต้องทุรนทุรายไม่สร่างซาได้มากมายเท่ากับความสุขอีกแล้ว ความที่ต้องเหนื่อยยากอย่างไม่หยุดหย่อนเพื่อดำรงรักษาความสุขไว้ นี้แหละ คือ อาการที่ความสุขบีบบังคับมนุษย์อยู่เนืองนิตย์ ให้ตกอยู่ในสภาวะอันประกอบด้วยทุกข์ จึงจัดเป็นทุกขลักษณะในสุขเวทนา ดังนี้

วัตถุที่เป็นเหตุแห่งความทุกข์ หรือบุคคลที่นำความทุกข์มาให้ ย่อมเป็นสภาวะที่น่าสะพรึงกลัวยิ่งนัก แท้จริง สังขารทั้งหลายอันมีอยู่มากมายสุดคณานับนั้น ล้วนแต่เป็นสิ่งที่อาจบันดาลทุกข์โทษให้แก่บุคคลผู้สำคัญมั่นหมายในสิ่งเหล่านั้น ทั้งด้วยอำนาจแห่งความยึดติดในฐานะเป็น “ตัวเรา” ก็ดี หรือแก่บุคคลผู้มีความสำคัญมั่นหมาย ด้วยอำนาจแห่งความยึดติดในอวัยวะทั้งหลาย โดยฐานะความเป็นดวงตาของเรา หูของเรา มือของเรา เท้าของเรา เป็นต้นก็ดี และแก่บุคคลผู้มีความสำคัญมั่นหมายด้วยอำนาจแห่งความยึดติด ในฐานะความเป็นของๆเรา เช่น เป็นลูกชายของเรา ลูกสาวของเรา บ้านเรือนของเรา เครื่องแต่งกายของเรา เป็นต้นก็ดี ดังนั้น สังขารจึงเป็นสิ่งที่ประกอบด้วยสภาวะอันน่าหวาดกลัว ควรที่จะพิจารณาเห็นโดยความเป็นศัตรู สภาวะอันน่าสะพรึงกลัวเช่นนี้แหละ เป็นทุกขลักษณะประการหนึ่งของสังขารทั้งหลาย

ถ้าสังขารทั้งหลายเป็นสิ่งที่เที่ยงแท้ถาวรอย่างแท้จริง แม้ระเบิดปรมาณูก็มิใช่สิ่งที่น่ากลัวแต่อย่างใด แต่เพราะสังขารเป็นสภาวะแตกดับได้โดยง่าย ถูกรบกวนเบียดเบียนได้โดยง่าย ร่างกายอันเป็นมวลรวมแห่งสังขารทั้งหลายเหล่านั้น จึงอาจได้รับความเดือดร้อนแม้จากแมลงวันหรือยุง หรือถูกทำให้แปรเปลี่ยนเป็นอื่นได้โดยง่าย จนแม้ที่สุด แม้แต่เม็ดทรายก็ยังทำให้เดือดร้อนได้ ลองนึกดูว่า ถ้ามีแมลงเล็กๆเข้าไปในตา เข้าไปในหู หรือเข้าไปในโพรงจมูก หรือเม็ดทรายเข้าไปในตา จะรู้สึกเจ็บปวดเพียงใด เพราะความที่สังขารเป็นสภาพเปราะบางเห็นปานนี้ สัตว์บุคคลซึ่งก่อเกิดจากสังขารเหล่านั้น และเป็นอยู่ด้วยสังขารเหล่านั้น ย่อมตกอยู่ในความหวาดกลัวอยู่เป็นนิตย์ คือ หวาดกลัวแม้แต่ผงฝุ่น เห็บ เหา เศษขยะ เม็ดทราย หวาดกลัวต่อน้ำฝน น้ำค้าง สายลม แสงแดด แหล่งน้ำ เปลวไฟ เป็นต้น โดยที่สรรพวัตถุรอบๆตัวเราอันเป็นสิ่งที่น่า

สะพรึงกลัวนั้น ย่อมมีมากมายนักจนไม่อาจประมาณการได้

บุคคลที่ลงเรือพายลำเล็กๆ พายออกไปสู่ท้องทะเล ระลอกคลื่นและสายลมในทะเลย่อมเป็นสิ่งที่น่าหวาดกลัวยิ่งนัก แต่สำหรับผู้ที่โดยสารไปในเรือเดินสมุทรขนาดใหญ่ สิ่งเหล่านั้นกลับทำให้จิตใจรู้สึกเพลิดเพลิน ระลอกคลื่นและสายลมเดียวกันทำให้คนหนึ่งหวาดผวา แต่อีกคนหนึ่งกลับชื่นชมยินดี ข้อนี้หาใช่เป็นเพราะความแตกต่างในคลื่นและลมเหล่านั้นไม่ แต่เป็นเพราะความแตกต่างในสิ่งที่บุคคลนั้นๆเข้าไปอาศัยอยู่ ระลอกคลื่นและสายลมซึ่งนำความเพลิดเพลินมาให้ผู้คนที่โดยสารเรือใหญ่ กลับทำให้ผู้ที่เดินทางด้วยเรือพายลำน้อยหวาดกลัวนั้น เนื่องเพราะความเปราะบางของเรือพายลำน้อยนั้นเอง ดังนั้น จึงสมควรกล่าวว่า ภัยอันตรายอันอาจเกิดขึ้นแก่ผู้ที่โดยสารเรือพายย่อมเป็นเพราะสภาพของเรือพายนั้นเอง ซึ่งเต็มไปด้วยสภาวะล่อแหลมต่อภัยอันตรายที่อาจมีขึ้น ในทำนองเดียวกัน เราอาจกล่าวได้ว่า ภัยอันตรายทั้งหลายทั้งปวงที่เกี่ยวเนื่องกับความเปราะบางของสังขาร ล้วนเป็นภัยอันตรายที่เกิดมีขึ้นเพราะอาศัยสังขารนั้นเอง สภาวะที่ทำให้เกิดภัย หรือนำภัยมาให้อยู่ร่ำไปนี้แหละ คือ ทุกขลักษณะประการหนึ่งของสังขารทั้งหลาย

ทุกข์ทั้งหลายในโลกนี้ไม่ว่าจะมากมายปานใด ทุกข์ทั้งหมดเหล่านั้นล้วนเกิดขึ้นในสังขาร ถ้าไม่มีสังขาร ย่อมไม่มีสถานที่ให้ทุกข์เกิดได้ ความทุกข์ย่อมเกิดมีขึ้น เพราะมีพื้นที่อันเหมาะสมสำหรับการเกิดขึ้นของความทุกข์นั้น เปรียบเหมือนเมื่อมีพื้นแผ่นดินอยู่ ย่อมมีต้นไม้ใบหญ้าเกิดขึ้นมาบนแผ่นดินนั้น เมื่อมีแหล่งน้ำย่อมมีปลามาอาศัยอยู่ เมื่อมีต้นไม้และป่าไพร ย่อมมีสัตว์ป่ามาอาศัยอยู่เป็นอันมาก เพราะเหตุนั้น เมื่อมีสังขารอยู่ ความทุกข์ทั้งสิ้นย่อมเกิดมีขึ้นได้ การที่สังขารเป็นแดนเกิดของความทุกข์ จึงนับเป็นทุกขลักษณะประการหนึ่ง สังขารทั้งหลายทั้งปวงย่อมเป็นทุกข์ เพราะเป็นสภาวะประกอบด้วยทุกขลักษณะ คือ (๑) ย่อมเบียดเบียนสัตว์ให้ได้รับความเดือดร้อน (๒) ย่อมเป็นสภาวะอันน่าสะพรึงกลัว (๓) ย่อมเป็นสภาวะก่อเกิดภัยอันตราย (๔) ย่อมเป็นแดนเกิดแห่งความทุกข์ทั้งปวง

๘
มัคคามัคคญาณ ทัสสนวิสุทธิ (๒)

อนัตตลักษณะ

อนัตตลักษณะในสังขารทั้งหลาย คือ สภาวธรรมที่ตรงข้ามกับความเป็นอัตตาตัวตน สิ่งที่เรียกกันว่า *อัตตา* ได้แก่ สภาวะอย่างหนึ่งซึ่งซุกซ่อนอยู่ภายในส่วนลึกที่สุดของอัตภาพร่างกายนี้ เป็นสภาวะนอกเหนือจากธรรมทั้งหลายทั้งที่เป็นนามและรูป ตั้งอยู่ในฐานะเป็นตัวตนที่แท้จริงของสัตว์ สามารถเป็นอยู่ด้วยความปรารถนาของตนเอง และท่องเที่ยวไปตามความปรารถนาของตนเองได้ เป็นตัวตนซึ่งต่างหากไปจากสภาวะอื่นๆ และดำรงอยู่ต่อเนื่องอย่างถาวรด้วยตนเอง สิ่งที่ชาวโลกยอมรับกันว่าเป็นอัตตาหรือตัวตนนั้น ได้แก่สภาวะที่มีลักษณะดังกล่าวนั้นแล ทั้งนี้ อัตตามิใช่สิ่งที่ก่อเกิดขึ้นด้วยความประจวบเหมาะแห่งเหตุปัจจัย แต่มีอำนาจเป็นไปด้วยความรู้สึกนึกคิดและความปรารถนาของตนเอง ทั้งยังท่องเที่ยวไปได้ทุกหนแห่งตามที่ตนเองปรารถนาด้วย นอกจากนั้นยังมีความสามารถบังคับสังขารธรรมอื่นๆให้เป็นไปตามที่ตนเองปรารถนา และคอยบังคับควบคุมสังขารอื่นๆไว้ ทั้งหมดที่กล่าวมานี้แหละ คือ ลักษณะของอัตตา

แท้จริง ไม่มีสังขารธรรมใดๆแม้หนึ่งเดียว จะสามารถเกิดขึ้นได้โดยไม่ประกอบด้วยเหตุปัจจัย สังขารทั้งหมดย่อมเกิดขึ้นจากการประจวบเหมาะแห่ง

เหตุปัจจัยเท่านั้น เหมือนการสีก้านไม้ขีดไฟกับด้านข้างของกล่องทำให้เกิดไฟขึ้นได้ ถ้าปราศจากการรวมตัวกันของเหตุปัจจัยเสียแล้ว แม้ว่าใครต่อใครจะมีความต้องการให้สังขารเกิดขึ้นก็ตาม สังขารย่อมไม่อาจเกิดขึ้นได้อย่างแน่นอน แต่เมื่อเกิดขึ้นแล้ว สังขารธรรมเหล่านั้นแม้หนึ่งใด ย่อมไม่อาจตั้งอยู่ได้แม้เพียงชั่วขณะ ย่อมเสื่อมสลายและแตกดับไป ในเมื่อตนเองยังไม่อาจตั้งอยู่ได้ด้วยตนเอง จะมีอำนาจใดไปบังคับให้สังขารอื่นๆตั้งอยู่ได้หรือ? ย่อมเป็นไปไม่ได้โดยแท้ ความไม่สามารถบังคับสังขารอื่นให้เกิดขึ้น และตั้งอยู่หรือเป็นไปได้โดยไม่เสื่อมสลาย ไม่แตกดับ ตามความปรารถนาของตนเองเช่นนี้แหละ คือสภาวะที่เป็นปฏิปักษ์ต่อลักษณะแห่งอัตตาในสังขาร จึงเรียกสภาวะนี้ว่า อนัตตลักษณะ สังขารทั้งหลายซึ่งประกอบด้วยอนัตตลักษณะ ย่อมเป็นอนัตตา ดังนั้น สังขารทั้งหลายจึงมิใช่ตัวตน อาจมีความเข้าใจผิดว่า อัตตาอื่นนอกจากสังขารมีอยู่ ซึ่งเป็นผู้ทำให้สังขารเกิด และอาศัยอยู่ในสังขาร เรื่องเช่นนั้นไม่มีทางเป็นไปได้ จึงอย่าได้หลงเข้าใจผิดเป็นอันขาด

ฆนะ ๔ ประเภท

แม้โยคาวจรผู้เจริญทิฏฐิวิสุทธิให้เกิดมีขึ้นแล้ว จะมีความเข้าใจอย่างถูกต้องว่า สังขารทั้งหลายมิใช่ตัวตน และตัวตนอื่นนอกจากสังขารทั้งหลายย่อมไม่มีอยู่จริง ดังนี้ แต่ด้วยวิสัยของความเป็นปุถุชน ทรรศนะว่าไม่มีตัวตนนั้น อาจถูกฆนสัญญาปิดบังได้ ทำให้ไม่มีความมั่นคงหรืออาจมัวหมองไปบ้าง จึงเป็นการสมควรที่โยคาวจร จะได้น้อมนำอนัตตลักษณะขึ้นมาพิจารณาไตร่ตรองอยู่เนืองๆ และควรเพียรเจริญภาวนา เพื่อทำความเข้าใจในเรื่องอนัตตาให้มั่นคงยิ่งขึ้น

อนัตตลักษณะแห่งสังขารทั้งหลายย่อมถูกฆนสัญญาปิดบังไว้ ฆนสัญญานี้แหละเป็นเหตุให้เกิดความเห็นผิดขึ้นได้ว่า มีอัตตาอื่นนอกจากสังขาร จึงควรฝึกฝนพิจารณาธรรมทั้งหลาย เป็นต้นว่า ดิน น้ำ ไฟ ลม จิต ผัสสะ เวทนา โดยใช้ปัญญาวิเคราะห์แยกแยะออกเป็นส่วนๆไป เพื่อบรรเทาฆนสัญญาให้เบาบางลง การไม่รู้จักวิเคราะห์แยกแยะองค์ธรรม ย่อมเป็นเหตุให้เกิดฆนสัญญา และฆนสัญญาย่อมก่อเกิดอัตตสัญญา (ความสำคัญมั่นหมายว่ามีตัวตน) วิธีที่จะ

ชำระความเห็นในเรื่องอนัตตาให้บริสุทธิ์หมดจดขึ้นได้ ต้องใช้ปัญญาทำลายความเห็นในเชิงกลุ่มก้อน (ฆนะ) ลง และฝึกอบรมตนในการพิจารณาปรมัตถธรรม ความรู้ทางพระอภิธรรมย่อมเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง ในการทำลายความรู้สึกเป็นกลุ่มก้อน สามารถบรรเทาฆนสัญญาให้เบาบางลงได้ ยิ่งเรียนรู้อภิธรรมมามากเท่าใด ย่อมเป็นการง่ายยิ่งขึ้นตามสัดส่วน ความสำคัญว่าเป็นกลุ่มก้อนย่อมเกิดขึ้นเพราะวัตถุเล็กๆมารวมตัวกันเป็นหนึ่งเดียว ทั้งๆที่สิ่งนั้นหาความเที่ยงแท้ใดๆมิได้ แต่ก็ทำให้เข้าใจไปได้ว่า นั่นเป็นวัตถุที่มีขนาดใหญ่ นี้แหละคือ ฆนะ สภาวะที่เป็นฆนะมี ๔ ประเภท คือ สมูหฆนะ สันตติฆนะ กิริยาฆนะ และ อารัมมณฆนะ

๑. สมูหฆนะ

สมูหฆนะ ได้แก่ อาการที่รูปกลาปเป็นจำนวนมากรวมตัวกันเป็นหนึ่งเดียวตั้งอยู่ โดยอาการเป็นวัตถุชิ้นเดียวโดดๆ แต่วัตถุนั้นทั้งๆที่มิได้มีอยู่โดยความเป็นจริง กลับทำให้หลงผิดไปว่า เป็นวัตถุใหญ่ชิ้นหนึ่ง ดังวัตถุทั้งหลายซึ่งเรียกขานกัน เป็นต้นว่า ดอกไม้ ใบไม้ ผลไม้ ต้นไม้ ก้อนหิน ตา หู ฟัน มือ เท้า เก้าอี้ จาน ถ้วย เหล่านี้ทั้งหมด ล้วนเป็นสมูหฆนะ เมื่อสภาวธรรมคือนามรูปเกิดขึ้นสัมพันธ์ซึ่งกันและกันตั้งอยู่ ทำให้เกิดการยึดถือโดยความเป็นหนึ่งเดียวขึ้นมา อาศัยเหตุนั้น ความสำคัญมั่นหมายในเชิงสมูหฆนะ ว่าวัตถุนั้นๆมีอยู่จริงย่อมเกิดขึ้น ทั้งการรวมตัวประกอบกันขึ้นเป็นสิ่งมีชีวิต ดังเช่นที่เรียกขานกันว่าเป็น สตรี บุรุษ เด็ก วัว ควาย เป็นต้น ย่อมเป็นสมูหฆนะอันปรากฏราวกับว่ามีอยู่จริงได้เช่นกัน

๒. สันตติฆนะ

สันตติฆนะ ได้แก่ ความสำคัญมั่นหมายในสิ่งซึ่งดำรงอยู่เพียงชั่วระยะเวลาหนึ่ง แต่จิตเข้าไปยึดมั่นว่าเป็นสิ่งที่มีอยู่จริง ทั้งๆที่สิ่งนั้นเป็นเพียงการรวมตัวกันโดยความเป็นหนึ่งเดียวของนามรูป ทั้งในอดีต อนาคต และปัจจุบัน ในฐานะที่สัมพันธ์กันโดยความเป็นขบวนการต่อเนื่อง สรรพสิ่งซึ่งเราท่านเข้าไป

ยึดถือในฐานะเป็นสัตว์บุคคลซึ่งมีชีวิตอยู่ชั่วระยะหนึ่งก็ดี หรือในฐานะเป็นวัตถุซึ่งดำรงอยู่ชั่วระยะหนึ่งก็ดี เหล่านี้ล้วนเป็นสันตติฆนะ การที่มีความรู้สึกเกิดขึ้นว่า บุคคลคนนั้นมีชีวิตอยู่จนอายุเท่านี้ หรือวัตถุสิ่งนั้นดำรงอยู่เป็นเวลานานเท่านี้แล้ว ทั้งหมดนี้ย่อมเนื่องมาจากสันตติฆนะนั่นเอง

๓. กิริยาฆนะ

กิริยาของนามธรรมและรูปธรรมอันมากมายสุดคณานับ ย่อมเกิดมีขึ้นแยกกัน ความสำคัญมั่นหมายว่า กิริยาเหล่านั้นเกิดขึ้นและเป็นไปโดยความเป็นหนึ่งเดียว หรือเกิดเป็นกิริยาใหญ่ร่วมกัน นั้นคือ *กิริยาฆนะ* ความยึดถือรวมๆกันไปในกิริยาทั้งปวง เป็นต้นว่า การก้าวไปข้างหน้า ถอยไปข้างหลัง การนั่งลง การยืนขึ้น การยกมือ การยกเท้า เหล่านี้ ล้วนเป็นกิริยาฆนะทั้งสิ้น แม้จะยึดถือว่า การยกมือเป็นเพียงกิริยาหนึ่งเดียว แต่ในเวลาเช่นนั้น ย่อมมีกิริยาต่างๆเกิดขึ้นเป็นอันมาก เช่น กิริยาของมวลรวมแห่งจิตและเจตสิกก็ดี กิริยาของวาโยกลาป (ธาตุลม) อันเกิดจากจิตเหล่านั้นก็ดี ตลอดถึงกิริยาแห่งมวลรวมของรูปทั้งหลายซึ่งเรียกกันว่า มือ ก็ดี เป็นต้น

๔. อารัมมณฆนะ

แท้จริงอารมณ์ทั้งหลายย่อมเกิดขึ้นแยกจากกันและกัน เพื่อจิตมากมายสุดคณานับได้รับรู้ แต่ละอย่างย่อมขึ้นอยู่กับจิตแต่ละดวงโดยเอกเทศ แต่ในเวลารับรู้อารมณ์กลับถูกยึดถือในฐานะเป็นมวลรวม โดยความเป็นหนึ่งเดียว คือถือเอาการรับรู้อารมณ์หลากหลายของจิตเป็นอันมาก ในฐานะเป็นกิริยาการรับรู้เพียงหนึ่งเดียว โดยไม่มีการแยกแยะ ลักษณะเช่นนี้แหละเป็นอารัมมณฆนะ จิตทั้งหลายที่เกิดขึ้นในวิถีจิต กล่าวคือ จักขุวิญญาณ สัมปฏิจฉันนะ สันตีรณะ โวฏฐัพพนะ ชวนะ ตทารัมมณะ ซึ่งเกิดขึ้นแยกกันเป็นเอกเทศ และรับรู้อารมณ์แยกกันเป็นเอกเทศ กลับถูกถือว่าเป็นการรับรู้อารมณ์เพียงหนึ่งเดียว และถือรวมๆกันไปว่า เป็นการเห็นครั้งหนึ่ง ลักษณะที่เป็นไปดังนี้เป็นอาทิ เรียกว่า *อารัมมณฆนะ*

โยคาวจรผู้เจริญกังขาวิตรณวิสุทธิให้เกิดมีขึ้นแล้ว ควรอ่านคำอธิบายไตรลักษณ์ในที่นี้ซ้ำไปซ้ำมาให้ละเอียดถี่ถ้วน เพื่อทำความเข้าใจให้ถูกต้อง จนกระทั่งลักษณะทั้ง ๓ มีอนิจจลักษณะเป็นต้น ในสังขารธรรมทั้งหลายปรากฏอย่างบริสุทธิ์ชัดเจน สามารถบรรเทานิจจสัญญา สุภสัญญา สุขสัญญา และอัตตสัญญา ให้เบาบางลงได้ ควรเจริญภาวนาต่อไปอีกระยะหนึ่ง โดยพิจารณาไตร่ตรองและกำหนดไตรลักษณ์ในสังขารทั้งหลาย ทั้งโดยวิธีแยกออกเป็นส่วนๆ และในฐานะเป็นองค์รวม ในเวลาเจริญภาวนาด้วยการพิจารณาสังขารโดยความเป็นของไม่เที่ยงเป็นต้นนั้น ควรวิเคราะห์แยกแยะโดยนัย ๑๑ ประการ กล่าวคือ สังขารที่เป็นไปในอดีต อนาคต ปัจจุบัน ภายใน ภายนอก สังขารที่หยาบ ละเอียด ทราม ประณีต ไกล และใกล้ ดังนี้ ในระหว่างนามกับรูปนั้น รูปเป็นสิ่งที่เข้าใจได้ง่ายกว่า จึงควรเริ่มต้นภาวนาเกี่ยวกับรูปเป็นอันดับแรก ขอให้ท่องจำข้อความที่จะได้แสดงต่อไปนี้ เพื่อใช้ในการเจริญภาวนาสืบต่อไป

บทภาวนาไตรลักษณ์

๑. *รูปทั้งหลายในอดีตชาติย่อมแตกดับในอดีตชาตินั้นแหละ ไม่ติดตามมาถึงปัจจุบันชาติได้ ดังนั้น รูปจึงไม่เที่ยง รูปเป็นสภาวะถูกบีบคั้นด้วยการเกิดและการแตกดับ เป็นสภาวะน่าสะพรึงกลัว เป็นสภาวะนำมาซึ่งภัยอันตราย เป็นแดนเกิดแห่งทุกข์ ดังนั้น รูปจึงเป็นทุกข์ รูปเป็นสภาวะปราศจากแก่นสาร ดังนั้น รูปจึงเป็นอนัตตา*

๒. *รูปทั้งหลายในชาติเบื้องหน้า (ชาติอนาคต) ย่อมแตกดับในชาติเบื้องหน้านั้นแหละ ไม่ติดตามไปยังภพชาติต่อไปได้ ดังนั้น รูปจึงไม่เที่ยง รูปเป็นสภาวะถูกบีบคั้นด้วยการเกิดและการแตกดับ เป็นสภาวะน่าสะพรึงกลัว เป็นสภาวะนำมาซึ่งภัยอันตราย เป็นแดนเกิดแห่งทุกข์ ดังนั้น รูปจึงเป็นทุกข์ รูปเป็นสภาวะปราศจากแก่นสาร ดังนั้น รูปจึงเป็นอนัตตา*

๓. *รูปทั้งหลายในปัจจุบันชาติย่อมแตกดับในปัจจุบันชาตินั้นแหละ ไม่ติดตามไปยังภพชาติต่อไปได้ ดังนั้น รูปจึงไม่เที่ยง รูปเป็นสภาวะ*

ถูกบีบคั้นด้วยการเกิดและการแตกดับ เป็นสภาวะน่าสะพรึงกลัว เป็นสภาวะนำมาซึ่งภัยอันตราย เป็นแดนเกิดแห่งทุกข์ ดังนั้น รูปจึงเป็นทุกข์ รูปเป็นสภาวะปราศจากแก่นสาร ดังนั้น รูปจึงเป็นอนัตตา

๔. รูปทั้งหลายในภายในย่อมแตกดับในภายในนั้นแหละ ไม่ออกไปยังภายนอกได้ ดังนั้น รูปจึงไม่เที่ยง รูปเป็นสภาวะถูกบีบคั้นด้วยการเกิดและการแตกดับ เป็นสภาวะน่าสะพรึงกลัว เป็นสภาวะนำมาซึ่งภัยอันตราย เป็นแดนเกิดแห่งทุกข์ ดังนั้น รูปจึงเป็นทุกข์ รูปเป็นสภาวะปราศจากแก่นสาร ดังนั้น รูปจึงเป็นอนัตตา

๕. รูปทั้งหลายในภายนอกย่อมแตกดับในภายนอกนั้นแหละ ไม่เข้าไปยังภายในได้ ดังนั้น รูปจึงไม่เที่ยง ฯลฯ

๖. รูปทั้งหลายอันหยาบย่อมแตกดับโดยเป็นรูปหยาบนั้นแหละ ไม่กลับเป็นละเอียดไปได้ ดังนั้น รูปจึงไม่เที่ยง ฯลฯ

๗. รูปทั้งหลายอันละเอียดย่อมแตกดับโดยเป็นรูปละเอียดนั้นแหละ ไม่กลับเป็นหยาบไปได้ ดังนั้น รูปจึงไม่เที่ยง ฯลฯ

๘. รูปทั้งหลายอันทรามย่อมแตกดับโดยเป็นรูปทรามนั้นแหละ ไม่กลับเป็นประณีตไปได้ ดังนั้น รูปจึงไม่เที่ยง ฯลฯ

๙. รูปทั้งหลายอันประณีตย่อมแตกดับโดยเป็นรูปประณีตนั้นแหละ ไม่กลับเป็นหยาบไปได้ ดังนั้น รูปจึงไม่เที่ยง ฯลฯ

๑๐. รูปทั้งหลายในที่ไกลย่อมแตกดับในที่ไกลนั้นแหละ ไม่เป็นรูปใกล้ไปได้ ดังนั้น รูปจึงไม่เที่ยง ฯลฯ

๑๑. รูปทั้งหลายในที่ใกล้ย่อมแตกดับในที่ใกล้นั้นแหละ ไม่เป็นรูปไกลไปได้ ดังนั้น รูปจึงไม่เที่ยง รูปเป็นสภาวะถูกบีบคั้นอยู่ด้วยการเกิดและการแตกดับ เป็นสภาวะน่าสะพรึงกลัว เป็นสภาวะนำมาซึ่งภัยอันตราย เป็นแดนเกิดแห่งทุกข์ ดังนั้น รูปจึงเป็นทุกข์ รูปเป็นสภาวะปราศจากแก่นสาร ดังนั้น รูปจึงเป็นอนัตตา

ประโยคว่า “รูปเป็นสภาวะปราศจากแก่นสาร ดังนั้น รูปจึงเป็นอนัตตา” ในที่นี้มีความหมายบ่งแสดงถึง สภาวะที่ปราศจากลักษณะแห่งตัวตนตามที่ได้

อธิบายแล้วนั่นเอง เหตุนั้น รูปจึงมิใช่ตัวตน แม้การเจริญภาวนาในส่วนที่เป็นนามธรรม ก็ควรแยกออกเป็น ๑๑ นัย ดุจเดียวกับรูปธรรม แล้วน้อมนำมาฝึกฝนอบรมตนในทำนองเดียวกัน ในที่นี้ จะแสดงวิธีปฏิบัติเกี่ยวกับนามธรรมตามแนวทางที่ปรากฏอยู่ในทิฏฐิวิสุทธิกถา ซึ่งการเจริญภาวนาโดยนามธรรมทั้งหมด ย่อมเป็นไปในรูปแบบเดียวกันกับวิญญาณธาตุ (จิต) นั้นแล

บทภาวนาวิญญาณธาตุ

๑. *วิญญาณธาตุทั้งหลายในอดีตชาติ ย่อมแตกดับในอดีตชาตินั้นแหละ ไม่ติดตามมาถึงปัจจุบันชาติได้ ดังนั้น วิญญาณธาตุจึงไม่เที่ยง วิญญาณธาตุเป็นสภาวะถูกบีบคั้นด้วยการเกิดและการแตกดับ เป็นสภาวะน่าสะพรึงกลัว เป็นสภาวะนำมาซึ่งภัยอันตราย เป็นแดนเกิดแห่งทุกข์ ดังนั้น วิญญาณธาตุจึงเป็นทุกข์ วิญญาณธาตุเป็นสภาวะปราศจากแก่นสาร ดังนั้น วิญญาณธาตุจึงเป็นอนัตตา*

๒. *วิญญาณธาตุทั้งหลายในชาติเบื้องหน้า (ชาติอนาคต) ย่อมแตกดับในชาติเบื้องหน้านั้นแหละ ไม่ติดตามไปยังภพชาติต่อไปได้ ดังนั้น ฯลฯ*

๓. *วิญญาณธาตุทั้งหลายในปัจจุบันชาติ ย่อมแตกดับในปัจจุบันชาตินั้นแหละ ไม่ติดตามไปยังภพชาติต่อไปได้ ดังนั้น ฯลฯ*

๔. *วิญญาณธาตุทั้งหลายในภายใน ย่อมแตกดับในภายในนั้นแหละ ไม่ออกไปยังภายนอกได้ ดังนั้น ฯลฯ*

๕. *วิญญาณธาตุทั้งหลายในภายนอก ย่อมแตกดับในภายนอกนั้นแหละ ไม่เข้าไปยังภายในได้ ดังนั้น ฯลฯ*

๖. *วิญญาณธาตุทั้งหลายอันหยาบ ย่อมแตกดับโดยเป็นวิญญาณธาตุหยาบนั้นแหละ ไม่กลับเป็นละเอียดไปได้ ดังนั้น ฯลฯ*

๗. *วิญญาณธาตุทั้งหลายอันละเอียด ย่อมแตกดับโดยเป็นวิญญาณธาตุละเอียดนั้นแหละ ไม่กลับเป็นหยาบไปได้ ดังนั้น ฯลฯ*

๘. *วิญญาณธาตุทั้งหลายอันทราม ย่อมแตกดับโดยเป็นวิญญาณธาตุทรามนั้นแหละ ไม่กลับเป็นประณีตไปได้ ดังนั้น ฯลฯ*

๙. *วิญญาณธาตุทั้งหลายอันประณีต ย่อมแตกดับโดยเป็นวิญญาณธาตุประณีตนั้นแหละ ไม่กลับเป็นหยาบไปได้ ดังนั้น ฯลฯ*

๑๐. *วิญญาณธาตุทั้งหลายในที่ไกล ย่อมแตกดับในที่ไกลนั้นแหละ ไม่เป็นวิญญาณธาตุในที่ใกล้ไปได้ ดังนั้น ฯลฯ*

๑๑. *วิญญาณธาตุทั้งหลายในที่ใกล้ ย่อมแตกดับในที่ใกล้นั้นแหละ ไม่เป็นวิญญาณธาตุในที่ไกลไปได้ ดังนั้น ฯลฯ*

วิญญาณธาตุแบ่งออกเป็น ๖ ประเภท โดยความเป็นจักขุวิญญาณเป็นต้น จึงควรเจริญภาวนาแยกแต่ละประเภท และใช้ข้อความตามแนวทางที่ได้ให้ไว้แล้วนั้น ครั้นแล้ว นำเอาธรรมทั้ง ๒ คือ นามและรูป มาใช้เจริญภาวนารวมกัน แยกส่วนออกตามหมวด เช่น อดีตกาล เป็นอาทิ แล้วกำหนดว่า “สังขารทั้งหลายในอดีตชาติ ย่อมแตกดับในอดีตชาตินั้นแหละ ไม่ติดตามมาถึงปัจจุบันชาติได้ ดังนั้น สังขารทั้งหลายจึงไม่เที่ยง” เป็นต้น ถ้าสามารถเจริญภาวนาโดยใช้ขันธ์ ธาตุ อายตนะ เป็นอารมณ์ได้ ก็ควรน้อมนำมาปฏิบัติด้วย หรือนำเอาองค์ประกอบทั้ง ๑๒ ข้อในปฏิจจสมุปบาทมาเจริญภาวนา เป็นต้นว่า อวิชชาไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา สังขารทั้งหลายอันเกิดขึ้นจากอวิชชาเป็นปัจจัย ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา วิญญาณอันเกิดขึ้นจากสังขารเป็นปัจจัย ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ดังนี้ ถ้าสามารถนำองค์ประกอบทั้งหมดนี้ จำแนกออกเป็น ๑๑ รายการ ตามที่ยกตัวอย่างไว้ ก็ขอให้เจริญภาวนาด้วยวิธีนั้นต่อไป

วิธีเจริญภาวนา ๔๐ แนวทาง

เพื่อกระทำความเข้าใจอย่างถูกต้องในไตรลักษณ์ ซึ่งเกิดจากการเจริญภาวนา ตามที่ได้อธิบายไว้แล้วนั้น ให้มั่นคงและบริสุทธิ์หมดจดยิ่งขึ้น จึงควรใช้เวลาสักระยะหนึ่ง พิจารณาไตรลักษณ์ตามแนวทาง ๔๐ ประการ ซึ่งจัดไว้เป็น “หัวข้อ” อย่างเรียบร้อย ดังปรากฏอยู่ในมหานิทเทส และ ปฏิสัมภิทามรรค หัวข้อในแนวทางปฏิบัติ ๔๐ ประการ มีดังนี้

อนิจฺจา ทุกฺขา โรคา คณฺฑา สลฺลา
อฆา อาพาธา ปเร ปโลกา อีติ

อุปทฺทวา ภยา อุปสคฺคา จลา ปภงฺคุ
อทฺธุวา อตาณา อเลนา อสรณา ริตฺตา
ตุจฺฉา สุญฺญา อนตฺตา อาทีนวา วิปริณามธมฺมา
อสารกา อฆมูลา, วธกา, วิภวา, สาสวา
สงฺขตา มารามิสา ชาติธมฺมา ชราธมฺมา วฺยาธิธมฺมา
มรณธมฺมา โสกธมฺมา ปริเทวธมฺมา อุปายาสธมฺมา
สงฺกิเลสิกธมฺมา

ในที่นี้ ไม่สามารถอธิบายหัวข้อทั้งหลายเหล่านี้โดยพิสดารได้ เพราะจะทำให้หนังสือมีขนาดใหญ่มากเกินไป จึงขอให้ท่องจำข้อความที่จะให้ไว้ดังต่อไปนี้ เพื่อใช้ในการเจริญภาวนา แม้จะให้ไว้อย่างสั้นๆ แต่นักปฏิบัติสามารถนำไปไตร่ตรองความหมายและขยายความสืบไปได้ หากมีข้อความใดที่ไม่สามารถทำความเข้าใจได้ โยคาวจรควรสอบถามจากท่านผู้รู้ แล้วทำความเข้าใจให้ละเอียดพิสดารยิ่งขึ้น*

บทภาวนา ๔๐ แนวทาง*

๑. *เพราะเหตุที่สังขารทั้งหลายย่อมแตกดับไปในชั่วขณะเดียว ไม่ดำรงอยู่ได้ สังขารจึงเป็นสภาวะไม่เที่ยง (อนิจฺจา)*

๒. *เพราะถูกบีบคั้นด้วยความเกิดขึ้นและแตกดับทั้ง ๒ อย่างนั้น และเพราะเป็นวัตถุซึ่งเป็นไปได้ยาก สังขารจึงเป็นทุกข์ (ทุกฺขา)*

๓. *เพราะเมื่อมีโรคภัยเบียดเบียน ทำให้ได้รับทุกขเวทนา ยากต่ออิริยาบถลุกนั่ง ต้องขวนขวายรักษาไปตามเหตุปัจจัย จึงเป็นรังแห่งโรคทั้งหลาย (โรคา)*

๔. *เพราะมีความเจ็บปวด เพราะเป็นที่ไหลออกของเลือดหนองกล่าวคือกิเลส เพราะเป็นที่ตั้งแห่งอุปปาทะ ชรา ภังคะ หรือ ความเกิด ความเสื่อมโทรม และความแตกดับ จึงชื่อว่า เป็นฝีพุพอง (คณฺฑา)*

....

* สำหรับท่านที่ต้องการศึกษาเรื่องนี้อย่างละเอียด ควรอ่าน มหาวิปัสสนาภาวนา ๔๐ แนวทาง โดย พระเรรุกาเน จันทวิมละ สังฆนายกมหาเถระ

๕. สังขารนี้เป็นประดุจถูกศรเสียบแทงให้เจ็บปวดอยู่ภายใน อันถอนออกได้โดยยาก จึงชื่อว่า เป็นที่ศรเสียบแทงอยู่ (สลฺลา)

๖. เพราะเป็นสภาวะอันผู้มีปัญญาพึงตำหนิเพ่งโทษ โดยความเป็นของหาประโยชน์มิได้ ทั้งยังอาจเป็นวัตถุก่อเกิดบาป จึงเป็นสิ่งทราม (อฆา)

๗. เพราะสังขารคือร่างกายเป็นสภาวะที่เป็นไปเองไม่ได้ ต้องป้อนข้าวป้อนน้ำ ให้ลุกขึ้น ให้หลับนอน ประคบประหงมเหมือนคนไข้ และเพราะสังขารเป็นแดนเกิดแห่งโรคร้ายต่างๆ จึงเป็นผู้ป่วย (อาพาธา)

๘. เพราะดำรงอยู่ด้วยตนเองไม่ได้ จึงเป็นสภาวะที่เนื่องด้วยสิ่งอื่น (ปเร)

๙. สังขารย่อมแตกสลายไปเพราะโรคภัย ความชรา และความตาย (ปโลกา)

๑๐. ย่อมน้อมไปสู่ความวิบัติต่างๆเป็นอเนกประการ (อีติ)

๑๑. เพราะย่อมก่อเกิดสิ่งอันมิใช่ประโยชน์ต่างๆโดยพลัน และเพราะเป็นวัตถุแห่งสภาวะอันมิใช่ประโยชน์ทั้งปวง จึงเป็นอันตราย (อุปทฺทวา)

๑๒. เพราะน้อมไปสู่ภัย เพราะเป็นปฏิปักษ์ต่อพระนิพพานอันดับเสียซึ่งทุกข์ภัยทั้งปวง จึงชื่อว่าประกอบด้วยภัย (ภยา)

๑๓. เพราะถูกสิ่งอันมิใช่ประโยชน์เป็นอเนกประการตามติดอยู่ เพราะทุกข์โทษเป็นอันมาก เช่น ราคะและโทสะ เป็นอาทิ ติดแนบแน่นอยู่ จึงเป็นอุปสรรค (อุปสคฺคา)

๑๔. สังขารเป็นสภาวะที่หวั่นไหวโดยง่ายด้วยความชรา ความเจ็บไข้ และความตาย ทั้งยังหวั่นไหวด้วยโลกธรรม คือ ความมีลาภและเสื่อมลาภ เป็นต้นด้วย (จลา)

๑๕. ย่อมแตกดับไปทั้งด้วยการถูกกระทำ หรือเพราะเหตุอันเป็นธรรมชาติ (ปภงฺคุ)

๑๖. เพราะเป็นไปได้ในโอกาสทั้งปวง (อาจเป็นอะไรอย่างปัจจุบันทันด่วนได้) ไม่มีความแน่นอน จึงไม่มีความมั่นคง (อทฺธุวา)

๑๗. เพราะไม่สามารถปกป้องสัตว์ให้พ้นจากความทุกข์ มีชรา มรณะเป็นต้น หรือจากความทุกข์ในอบาย ทั้งไม่อาจรักษาตนเองได้ ย่อมถูกชรานำไป ไม่แน่นอน (อตาณา)

๑๘. *เพราะไม่สามารถให้สถานที่คุ้มครองแก่สัตว์ผู้แสวงหาสถานที่คุ้มครอง ทั้งสถานที่คุ้มครองก็ไม่มีแก่ตนเองด้วย จึงชื่อว่า ไม่มีที่พักพิง (อเลนา)*

๑๙. *เพราะไม่สามารถเป็นที่พึ่งแก่สัตว์ทั้งหลาย และบรรเทาภัยที่มาถึงได้ ทั้งไม่อาจเป็นที่พึ่งแก่ตนเองด้วย จึงชื่อว่า ไม่มีที่พึ่ง (อสรณา)*

๒๐. *เพราะเป็นสภาวะว่างเปล่าจากความมั่นคง ความสุข และความสวยงาม ซึ่งชาวโลกยึดถือโดยความมีอยู่ จึงเป็นสภาพว่างเปล่า (ริตฺตา)*

๒๑. *เพราะเป็นของเล็กน้อย จึงชื่อว่า ไร้สาระ (ตุจฺฉา)*

๒๒. *เพราะว่างเปล่าจากสภาพความเป็นเจ้าของ เป็นผู้กระทำ หรือเป็นผู้เสวย จึงเป็นสภาพสูญ (สุญฺญา)*

๒๓. *เพราะปราศจากสภาวะแห่งตัวตน จึงเป็นอนัตตา (อนตฺตา)*

๒๔. *เพราะเป็นทุกข์ เพราะเป็นสภาวะอับจน จึงประกอบด้วยโทษ (อาทีนวา)*

๒๕. *เพราะถูกบีบคั้นด้วยความชราและความตาย จึงทุรนทุรายแปรเปลี่ยนไป (วิปริณามธมฺมา)*

๒๖. *เพราะเป็นสภาพแตกหักโดยง่าย จึงเป็นสภาวะไร้แก่นสาร (อสารกา)*

๒๗. *เพราะเป็นรากเหง้าแห่งความชั่ว จึงเรียกว่า มูลเหตุแห่งบาป (อฆมูลา)*

๒๘. *เพราะสังขารเป็นเหมือนศัตรูซึ่งมาในคราบของมิตร คือ นำความพินาศมาให้แก่บุคคลผู้ถือสังขารทั้งหลายว่าเป็นสิ่งดีงาม จึงชื่อว่า ผู้ทำลาย (วธกา)*

๒๙. *เพราะปราศจากสิ่งเจริญใจ กล่าวคือ ความเที่ยง ความสวยงาม ความสุข จึงเป็นสภาพแห้งแล้ง (วิภวา)*

๓๐. *เพราะเป็นเหตุให้เกิดอาสวะ จึงประกอบด้วยอาสวะ (สาสวา)*

๓๑. *เพราะเกิดจากเหตุปัจจัย จึงเป็นสังขตธรรม (สงฺขตา)*

๓๒. *เพราะตกอยู่ในอำนาจของมารคือความตาย และมารคือกิเลส จึงเป็นเหยื่อแห่งมาร (มารามิสา)*

๓๓. *เป็นสภาวะที่ต้องเกิดขึ้น (ชาติธมฺมา)*

๓๔. *เป็นสภาวะที่ต้องแก่ชรา (ชราธมฺมา)*

๓๕. *เป็นสภาวะที่ต้องเจ็บไข้ (วฺยาธิธมฺมา)*

๓๖. *เป็นสภาวะที่ต้องตายลงไป (มรณธมฺมา)*

๓๗. *เป็นสภาวะที่ทำให้ต้องเศร้าโศก (โสกธมฺมา)*

๓๘. *เป็นสภาวะที่ทำให้ต้องปริเทวนาการ (ปริเทวธมฺมา)*

๓๙. *เป็นสภาวะที่เผากายและใจให้เร่าร้อนกระวนกระวายเป็นอย่างยิ่ง (อุปายาสธมฺมา)*

๔๐. *เป็นสภาวะที่ประกอบด้วยกิเลสอันชั่วร้าย คือ ตัณหา และ ทิฏฐิ (สงฺกิเลสิกธมฺมา)*

ข้อความสำหรับการเจริญภาวนาที่แสดงไว้นี้ เป็นแบบธรรมดา ในเวลาปฏิบัติโยคาวจรพึงเจริญภาวนาโดยพิจารณาแยกเป็นนามและรูป และปรับเปลี่ยนข้อความเสียบ้าง เป็นต้นว่า “เพราะเหตุที่รูปทั้งหลายย่อมแตกดับไปในชั่วขณะเดียว ไม่ดำรงอยู่ได้ รูปจึงเป็นสภาวะไม่เที่ยง เพราะถูกบีบคั้นด้วยความเกิดขึ้นและแตกดับทั้ง ๒ อย่างนั้น และเพราะเป็นวัตถุซึ่งเป็นไปได้ยาก รูปจึงเป็นทุกข์” ดังนี้ และปรับเปลี่ยนในการพิจารณาวิญญาณธาตุอันเป็นนามธรรม เป็นต้นว่า “เพราะเหตุที่วิญญาณธาตุทั้งหลายย่อมแตกดับไปในชั่วขณะเดียว ไม่ดำรงอยู่ได้ วิญญาณธาตุจึงเป็นสภาวะไม่เที่ยง” เมื่อเจริญภาวนาโดยแยกพิจารณานามรูปทั้ง ๒ อยู่เช่นนี้ จึงเป็นการพิจารณารูป ๔๐ นัย และพิจารณานาม (วิญญาณธาตุ) อีก ๔๐ นัย รวมเป็น ๘๐ นัยด้วยกัน จะแยกวิญญาณธาตุออกเป็น ๖ ประเภท มีจักขุวิญญาณเป็นต้น แล้วเจริญภาวนาในลักษณะเดียวกันนั้น ก็เป็นการสมควรอยู่ เมื่อเจริญภาวนาอย่างนี้ การปฏิบัติในวิญญาณธาตุจึงกลายเป็น ๒๔๐ นัย (๔๐ x ๖) นอกจากนั้น ยังสมควรเจริญภาวนาโดยนัยแห่งเบญจขันธ์ด้วย ซึ่งจะทำให้แยกย่อยออกไปเป็น ๒๐๐ นัย (๔๐ x ๕)

ในบรรดา *อนุปัสสนา* หรือการตามพิจารณาทั้ง ๔๐ ข้อธรรมนั้น ๑๐ ข้อธรรมเหล่านี้ คือ สภาวะไม่เที่ยง สภาวะแตกสลาย สภาวะหวั่นไหวโดยง่าย สภาวะแตกดับ สภาวะไม่มั่นคง สภาวะทุรนทุรายแปรเปลี่ยน สภาวะปราศจากแก่นสาร สภาวะแห้งแล้ง สภาวะถูกปรุงแต่ง สภาวะที่ต้องตายลงไป ทั้งหมดนี้จัดอยู่ในหมวด *อนิจจานุปัสสนา* หรือการตามพิจารณาโดยความไม่เที่ยง ๑๐

นัย ถ้าจะตามพิจารณาด้วยบทภาษาบาลีก็ได้ คือ *อนิจฺจา ปโลกา จลา ปภงฺคุ อทฺธุวา วิปริณามธมฺมา อสารกา วิภวา สงฺขตา มรณธมฺมา* อีก ๕ หัวข้อธรรม คือ สภาวะเนื่องด้วยสิ่งอื่น *(ปเร)* สภาวะว่างเปล่า *(ริตฺตา)* สภาวะไร้สาระ *(ตุจฺฉา)* สภาวะสูญเปล่า *(สุญฺญา)* สภาวะอันไม่มีตัวตน *(อนตฺตา)* เหล่านี้จัดอยู่ในหมวด *อนัตตานุปัสสนา* หรือการตามพิจารณาโดยความเป็นอนัตตา ๕ นัย ที่เหลือจัดอยู่ในหมวด *ทุกขานุปัสสนา* หรือการตามพิจารณาโดยความเป็นทุกข์ ๒๕ นัย

การเจริญวิปัสสนาโดยอาการ ๔๐ นี้ มีชื่อเรียกว่า วิปัสสนาโดยนัย เมื่อโยคาวจรเพียรปฏิบัติอยู่อย่างจริงจังเช่นนี้ ความสามารถหยั่งรู้สภาวะอันเป็นไตรลักษณ์ย่อมมั่นคงยิ่งขึ้น

วิปัสสนาญาณ ๑๐

วิปัสสนาญาณ ๑๐ ซึ่งโยคาวจรพึงเจริญให้เกิดมีขึ้น ได้แก่ *สัมมสนญาณ อุทยัพพยานุปัสสนาญาณ ภังคานุปัสสนาญาณ ภยตูปัฏฐานญาณ อาทีนวานุปัสสนาญาณ นิพพิทานุปัสสนาญาณ มุญจิตุกัมยตาญาณ ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ สังขารุเปกขานุปัสสนาญาณ สัจจานุโลมิกญาณ**

ในบรรดาวิปัสสนาญาณ ๑๐ เหล่านั้น ข้อที่ ๑ คือ สัมมสนญาณ ย่อมเกิดมีขึ้นได้ด้วยการพิจารณาไตรลักษณ์ หรือจากการเจริญภาวนาโดยใช้ไตรลักษณ์เป็นอารมณ์ ส่วนญาณอีก ๙ ข้อที่เหลือ ควรต้องเจริญภาวนาแยกกันไปตามลำดับ โยคาวจรผู้ทรงปัญญาอันเลิศและมีความพร้อม เมื่อได้เจริญภาวนาด้วยแนวทางไตรลักษณ์แบบธรรมดา ดังที่ได้แสดงไว้ในเบื้องต้นแล้ว จากนั้นพึงน้อมนำแนวทางไตรลักษณ์ ๔๐ นัยมาปฏิบัติอย่างจริงจัง เมื่อกระทำได้อย่างพร้อมมูลเช่นนี้ ย่อมยังสัมมสนญาณให้บริบูรณ์พร้อม เป็นผู้สมควรต่อการเจริญอุทยัพพยญาณเป็นอันดับต่อไป

* ต้นฉบับใช้คำว่า *อนุโลมญาณ* แต่คำที่ชาวพุทธไทยคุ้นเคยมากกว่า คือ *สัจจานุโลมิกญาณ* ฉบับแปลนี้จึงเลือกใช้คำที่เราคุ้นเคยมากกว่า – *ผู้แปล*

๙
มัคคามัคคญาณ ทัสสนวิสุทธิ (๓)

โยคาวจรผู้ประกอบด้วยปัญญาพอประมาณระดับกลาง ทั้งยังมิได้เจริญภาวนาให้สมบูรณ์พร้อมอย่างเต็มที่ ย่อมไม่อาจทำสัมมสนญาณให้บริบูรณ์พร้อมด้วยประมาณเพียงเท่านั้น เพื่อเติมเต็มการปฏิบัติจิตในจุดนี้ สมควรน้อมนำไตรลักษณ์มาพิจารณาอีกในขบวนการเจริญภาวนา ด้วยวิธีที่เรียกว่า รูปสัตตกะ และ อรูปสัตตกะ แม้สำหรับโยคาวจรผู้เจริญภาวนาอย่างเคร่งครัดตามที่ได้กล่าวแล้วโดยนัยก่อน จนสามารถยังสัมมสนญาณให้เกิดขึ้น การเจริญภาวนาด้วยรูปสัตตกะและอรูปสัตตกะนี้ ก็ใช่ว่าจะไม่มีประโยชน์เสียเลยทีเดียว เพราะจะทำให้สามารถบรรลุญาณอื่นๆอันพึงเข้าถึงได้โดยง่ายด้วย แม้แต่ผู้ที่ยังไม่เคยเจริญภาวนาในไตรลักษณ์ ตามแนวทางที่อธิบายมาก่อนหน้านั้นก็ตาม ยังสามารถใช้แนวปฏิบัติแบบรูปสัตตกะและอรูปสัตตกะตั้งแต่แรกเริ่มเลยทีเดียว โยคาวจรพึงเลือกแนวทางปฏิบัติที่ตนเองถนัด แล้วเจริญภาวนาตามความเหมาะสมแก่ตนๆเถิด ที่ต้องตราเอาไว้เป็นพิเศษในที่นี้ คือ การมีประสบการณ์ฝึกฝนตนในทุกรูปแบบหรือทุกแนวทาง ย่อมเป็นสิ่งประเสริฐกว่าอยู่ดีนั่นเอง

วิปัสสนาแบบรูปสัตตกะและอรูปสัตตกะ

วิธีการทั้ง ๗ ต่อไปนี้ คือ วิปัสสนาภาวนา ๗ แนวทางโดยอาศัยรูปเป็นอารมณ์

๑. วิปัสสนาเกี่ยวกับรูปทั้งหลายในชาติหนึ่งนี้ ซึ่งประกอบด้วยสภาวะทั้ง ๒ คือ ความเกิดและความตาย
๒. วิปัสสนาเกี่ยวกับรูปซึ่งแตกดับไปเพราะล่วงวัย
๓. วิปัสสนาเกี่ยวกับรูปซึ่งเกิดขึ้นเพราะอาหาร
๔. วิปัสสนาเกี่ยวกับรูปซึ่งเกิดขึ้นเพราะอุตุ
๕. วิปัสสนาเกี่ยวกับรูปซึ่งเกิดขึ้นเพราะกรรม
๖. วิปัสสนาเกี่ยวกับรูปซึ่งเกิดขึ้นเพราะจิต
๗. วิปัสสนาเกี่ยวกับรูปซึ่งเป็นไปโดยความเป็นธรรมดา

เมื่อเริ่มต้นปฏิบัติวิปัสสนาโดยนัยทั้ง ๗ นั้น ในเบื้องแรก พึงพิจารณาภพชาติหนึ่งนี้ ซึ่งปฏิสนธิขึ้นพร้อมด้วยสภาวะแห่งการเกิดและการตาย โดยตั้งสมมุติฐานว่า ในชาติหนึ่งนี้อายุย่อมยืนยาวถึง ๑๐๐ ปี จงพิจารณามองดูรูปอันเกิดขึ้นและดำรงอยู่ตลอดระยะเวลา ๑๐๐ ปีนั้น โดยใช้หลักไตรลักษณ์มีอนิจจลักษณะเป็นต้นเข้าไปจับ จากนั้น แบ่งอายุ ๑๐๐ ปี ออกเป็น ๓ ส่วน อายุในส่วนแรกมี ๓๓ ปี เป็นปฐมวัย อายุในส่วนกลางมี ๓๔ ปี เป็นมัชฌิมวัย และอายุส่วนปลายมี ๓๓ ปี เป็นปัจฉิมวัย แล้วฝึกฝนพิจารณาแต่ละช่วงวัยนั้นๆ ด้วยลักษณะทั้ง ๓ มีอนิจจลักษณะเป็นอาทิ

ลำดับต่อไป ให้แบ่งอายุ ๑๐๐ ปี ออกเป็นส่วนย่อยส่วนละ ๑๐ ปี ดังนี้ คือ (๑) ๑๐ ปีแห่งเยาว์วัย (๒) ๑๐ ปีแห่งการละเล่นรื่นเริงใจ (๓) ๑๐ ปีแห่งรูปโฉม (๔) ๑๐ ปีแห่งพละกำลัง (๕) ๑๐ ปีแห่งสติปัญญา (๖) ๑๐ ปีแห่งความเสื่อม (๗) ๑๐ ปีแห่งความโน้มค่อม (๘) ๑๐ ปีแห่งความหลังโกง (๙) ๑๐ ปีแห่งความหลงลืม (๑๐) ๑๐ ปีแห่งการนอนรอตาย แล้วพิจารณาแต่ละช่วงวัยนั้นๆ ด้วยลักษณะทั้ง ๓ มีอนิจจลักษณะเป็นอาทิ

ในบรรดา ๑๐ ช่วงวัยเหล่านี้ ช่วงเยาว์วัยคือระยะเวลาเป็นเด็กไร้เดียงสา

ความรู้และความคิดอ่านยังน้อยอยู่ ช่วงเวลา ๑๐ ปีของการละเล่นรื่นเริงใจ เป็นวัยสนุกสนานโดยส่วนมาก ช่วง ๑๐ ปีแห่งรูปโฉม เป็นเวลาที่หนุ่มสาวสนใจความสวยงามและใส่ใจการแต่งตัวเป็นพิเศษ ช่วง ๑๐ ปีแห่งพละกำลัง เป็นวัยที่ร่างกายแข็งแรง ช่วง ๑๐ ปีแห่งสติปัญญาเป็นระยะเวลาที่มักมีความคิดอ่านดีๆ ช่วง เวลา ๑๐ ปีแห่งความเสื่อม เป็นวัยที่ร่างกายเริ่มถดถอย ช่วง ๑๐ ปีแห่งความโน้มค่อม คือ ร่างกายมักโน้มถ่วงไปข้างหน้าเพราะความอ่อนแอ ช่วง ๑๐ ปีแห่งความหลังโกง คือ ร่างกายไม่อาจตั้งตรง ทำให้หลังงองุ้มลง ช่วงเวลา ๑๐ ปีแห่งความหลงลืม คือ มักหลงลืมสิ่งต่างๆโดยง่าย ส่วนช่วง ๑๐ ปีแห่งการนอนรอตาย เป็นระยะเวลาที่ร่างกายอ่อนแออย่างที่สุด ได้แต่ใช้เวลานอนเหยียดยาวรอความตายอยู่เป็นส่วนมาก

ในอันดับต่อไป พึงแยกย่อยอายุ ๑๐๐ ปีนั้น ออกเป็น ๒๐ ช่วง แต่ละช่วงจึงมีเพียง ๕ ปี น้อมนำไตรลักษณ์มาพิจารณารูปกายอันเป็นไปในแต่ละช่วง ๕ ปีนั้น เรื่อยไปตามลำดับ จากนั้น แบ่งอายุ ๑๐๐ ปี ออกเป็น ๒๕ ช่วง แต่ละช่วงมี ๔ ปี ขั้นต่อไป แบ่งอายุ ๑๐๐ ปีต่อไปอีก เป็น ๓๓ ช่วง แต่ละช่วงมี ๓ ปี และแบ่งย่อยต่อจากนั้นเป็น ๕๐ ช่วงระยะเวลา แต่ละช่วงมีเพียง ๒ ปี จนในที่สุด แยกย่อยละเอียดลงเป็น ๑๐๐ ช่วงเวลา ทำให้แต่ละช่วงมีระยะเวลาเพียง ๑ ปีเท่านั้น จงใช้ปัญญาพิจารณาไตรลักษณ์ในรูปกาย ซึ่งตกอยู่ในแต่ละช่วงเวลา ตามลักษณะการแยกย่อยแต่ละขั้นตอนเหล่านั้น

ทีนี้ ลองแยกย่อยแต่ละปีลงไปอีกเป็น ๓ ฤดู คือ ฤดูฝน ฤดูหนาว และฤดูร้อนก็ดี หรือจากนั้น แบ่งย่อยปีออกเป็น ๖ ส่วน ตามภาคส่วนทั้ง ๖ ในฤดูกาล คือ ฤดูฝน ฤดูใบไม้ร่วง ฤดูต้นหนาว ฤดูหนาว ฤดูใบไม้ผลิ และฤดูร้อนก็ดี หรือในลำดับต่อไป แบ่งปีออกเป็นรายเดือนทั้ง ๑๒ เดือน แล้วพิจารณารูปกายอันเป็นไปในช่วงกาลเวลาเหล่านั้น ตามนัยแห่งไตรลักษณ์นั้นแล

อันดับต่อไป ให้แบ่งเดือนออกเป็นปักษ์ทั้ง ๒ คือ ปักษ์ข้างแรมและปักษ์ข้างขึ้น แล้วพิจารณารูปกายอันเป็นไปในช่วงกาลเวลาเหล่านั้น ตามนัยแห่งไตรลักษณ์ หลังจากนั้น แบ่งวันออกเป็น ๒ ส่วน คือ กลางวันและกลางคืน แล้ว

แบ่งกลางวันเป็น ๓ ส่วน คือ ภาคเช้า ภาคกลางวัน และภาคบ่าย แบ่งกลางคืนเป็น ๓ ส่วน คือ ยามต้น ยามกลาง และยามปลาย (ปฐมยาม มัชฌิมยาม และปัจฉิมยาม) ใช้ปัญญาพิจารณาเห็นรูปกายอันเป็นไปในช่วงกาลเวลาเหล่านั้นตามนัยแห่งไตรลักษณ์

ลำดับต่อไป พึงน้อมนำไตรลักษณ์มาพิจารณารูปกายอันเป็นไปในแต่ละอิริยาบถทั้ง ๖ ในขณะกระทำอิริยาบถนั้นๆอยู่เลยทีเดียว คือ ไปข้างหน้า ถอยหลังกลับมา มองไปข้างหน้า มองดูรอบๆกาย กำลังงอมือหรือเท้า และเหยียดมือหรือเท้าอยู่ ดังนี้ จากนั้น พึงน้อมนำไตรลักษณ์มาพิจารณารูปกายอันเป็นไปในแต่ละส่วนย่อยทั้ง ๕ ของอิริยาบถเดิน ในขณะกระทำอิริยาบถนั้นๆอยู่เลยทีเดียว กล่าวคือ ขณะยกเท้าขึ้น ขณะก้าวเท้าไปข้างหน้า ขณะกำลังวางเท้าลง ขณะฝ่าเท้าแตะพื้นดิน และขณะกดเท้าลงเพื่อยกเท้าอีกข้างหนึ่งขึ้น ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคมีการแยกย่อยเป็น ๖ ขณะ แต่ *วีติหรณะ* ที่เพิ่มเข้ามานั้น มักไม่ค่อยได้กำหนดจริงในการปฏิบัติ จึงไม่ได้จัดรวมไว้ในที่นี้

ในขณะวางฝ่าเท้าลงบนพื้นดิน สภาวธรรมที่เกิดขึ้นในเวลานั้น ได้แก่ รูปกลาปอันประกอบด้วยปฐวีและอาโปธาตุที่เด่นชัด กับเตโชและวาโยธาตุที่บางเบา ในขณะยกเท้าขึ้น รูปกลาปเหล่านั้นย่อมดับไป เกิดรูปกลาปอันประกอบด้วยเตโชกับวาโยธาตุที่เด่นชัด และปฐวีกับอาโปธาตุที่บางเบา เพียงเท้าที่ยกขึ้นมานั้นก้าวไปข้างหน้า รูปธาตุเหล่านั้นย่อมดับไปเรียบร้อยแล้ว ในขณะก้าวเท้าไปข้างหน้านั้นแหละ รูปกลาปในทำนองเดียวกันย่อมเกิดขึ้นมาใหม่ รูปที่เกิดใหม่นั้นย่อมไม่ตั้งอยู่จนถึงขณะวางเท้าลงเสียด้วยซ้ำ

ในขณะลดเท้าลง รูปกลาปนั้นย่อมดับไป เกิดรูปกลาปใหม่ซึ่งมากด้วยปฐวีและอาโปธาตุ แต่บางเบาด้วยเตโชและวาโยธาตุ รูปเหล่านั้นย่อมไม่ดำรงอยู่แม้ขณะลดเท้าวางลงบนพื้นดิน ในขณะวางเท้าลงบนพื้นดิน ยังมิทันที่เท้าจะตั้งมั่นบนพื้นดินด้วยดี รูปเหล่านั้นย่อมดับไปก่อนที่จะยกเท้าอีกข้างหนึ่งขึ้นเสียอีก ในขณะที่กดเท้าลงบนพื้นดิน รูปกลาปใหม่ๆย่อมเกิดขึ้นพร้อมกันในขณะนั้นเลยทีเดียว เมื่อโยคาวจรเพียรอบรมตนด้วยการกำหนดพิจารณาอยู่โดยแยกส่วนอย่างนี้ จนเห็นความแตกดับของรูปได้ ความสามารถกำหนดรู้รูปธรรม

ของโยคาวจรนั้นย่อมละเอียดประณีตเป็นอย่างยิ่ง

ในอันดับต่อไป พึงพิจารณาไตรลักษณ์ในรูปกายที่เกี่ยวเนื่องด้วยอาหาร ความหิวจะทำให้เราสังเกตลักษณะของรูปกายซึ่งเกิดขึ้นจากอาหารได้ ในขณะรู้สึกหิวโหย จะเกิดรูปกายที่หยาบกร้าน ไร้เรี่ยวแรง ซูบซีด ครั้นรับประทานอาหารจนอิ่มเอมแล้ว ลักษณะดังกล่าวจะหายไป เกิดรูปกายที่อ่อนโยน ชุ่มชื้น น่าชื่นชม ผิวพรรณผ่องใส ต่อจากอาหารควรกำหนดไตรลักษณ์ในรูปซึ่งเกิดขึ้นจากอุตุ (ความเย็นหรือร้อนเป็นต้น) ดังในเวลาอากาศร้อนจัด รูปกายที่เกิดขึ้นย่อมมีลักษณะหยาบ ผิวพรรณแห้ง ไม่งดงาม แต่ในเวลาที่อากาศเย็นสบาย รูปกายที่เกิดขึ้นย่อมมีลักษณะนุ่มนวล มีพลัง ชุ่มชื้น ผ่องใส ดังนี้

จากนั้น พึงพิจารณาไตรลักษณ์ในรูปกายที่เกิดจากอดีตกรรม เราจะเห็นรูปกายซึ่งเกิดจากกรรมผ่านทางทวาร ๖ มีจักขุทวารเป็นต้น ดังรูปกลาป ๓๐ หมวด ซึ่งเกิดขึ้นทางจักขุทวาร อันได้แก่ จักขุทสกะ กายทสกะ และ ภาวทสกะ นั่นแล มีรูปกลาปอยู่ ๘ หมวด อันเกิดจากอุตุ จิต และอาหาร ซึ่งเป็นไปเพื่อเกื้อกูลแก่รูปเหล่านั้น เมื่อนับโดยฐานเกิดคือ อุตุ จิต และอาหาร จึงมี ๒๔ หมวด รวมกับรูปกลาป ๓๐ หมวด ในจักขุทวารจึงเป็น ๕๔ แม้รูปกลาปอันเกิดทางโสตทวาร ฆานทวาร และชิวหาทวาร ก็มี ๕๔ หมวดเช่นเดียวกัน ส่วนทางกายทวารมีทสกะ (หมวด๑๐) อยู่ ๒ หมวด คือ กายทสกะและภาวทสกะ นับเป็น ๒๐ รวมกับรูปกลาป ๘ หมวด อันเกิดจากอุตุ จิต และอาหารทั้ง ๓ ฐาน จึงเป็นรูปกลาป ๔๔ ส่วนในทางมโนทวารนั้น มีรูปกลาป ๕๔ หมวด กล่าวคือ วัตถุทสกะ กายทสกะ และภาวทสกะ รวมกับรูปกลาป ๘ หมวด อันเกิดจากฐานทั้ง ๓ คือ อุตุ จิต และอาหาร เหล่านั้นนั่นแหละ องค์ธรรมของมโนทวารได้แก่ภวังคจิต แต่มโนทวารในที่นี้ หมายถึง *ภวังคจิต* ในฐานะที่เป็นอุปจาระเท่านั้น

ต่อแต่นั้น พึงพิจารณาไตรลักษณ์ในรูปกายอันมีจิตเป็นสมุฏฐาน พึงกำหนดรูปกายอันเกิดจากจิต ซึ่งเป็นอยู่ด้วยความยินดีพอใจหรือความไม่ยินดี ร่างกายของบุคคลผู้เป็นอยู่ด้วยความสุข ย่อมมีรูปลักษณ์นุ่มนวล น่ายินดี เป็นที่เพลิดเพลินใจสำหรับผู้พบเห็น ผิวพรรณผ่องใส ร่างกายของบุคคลผู้เป็นอยู่ด้วยความไม่ผาสุกใจ ย่อมมีรูปลักษณ์กระด้าง หยาบ ซูบซีด และมีผิวพรรณทราม

ลำดับต่อไป พึงเจริญภาวนาด้วยการพิจารณาไตรลักษณ์ในรูปอันเป็นธรรมดาในสิ่งทั้งหลาย รูปตามธรรมดาได้แก่รูปอันมีอยู่ในสรรพสิ่งนอกตัวเรา เช่น ดิน หิน น้ำ ลม ต้นไม้ เถาวัลย์ เงิน ทอง เป็นต้น

สำหรับกรรมวิธีเจริญภาวนาตามนัยแห่งรูปสัตตกะนั้น จะได้แสดงเป็นอันดับต่อไป ในขั้นนี้ขอให้พยายามอ่านและทำความเข้าใจเกี่ยวกับรูปธรรมในอาการทั้ง ๗ เหล่านั้นให้ละเอียดถี่ถ้วน ตามที่ได้พรรณนามาแล้ว หากมีที่ใดยังไม่เข้าใจชัดเจน ควรสอบถามจากท่านผู้รู้ และทำความเข้าใจของตนให้บริสุทธิ์หมดจด จากนั้น พยายามท่องจำข้อความที่ให้ไว้ข้างล่างนี้ และใช้เวลาระยะหนึ่งเจริญภาวนาด้วยความหมั่นเพียร ข้อความสำหรับเจริญภาวนาแม้ยาวไปสักหน่อย อันอาจเป็นเหตุให้โยคาวจรเกิดความเกียจคร้านและตั้งข้อสงสัยขึ้นได้ว่า จะภาวนาให้ยืดยาวไปถึงปานนั้นเพื่อประโยชน์อันใด ความเกียจคร้านซึ่งเกิดขึ้นในจิตใจของโยคาวจร นับเป็นนิวรณธรรมชนิดหนึ่งซึ่งคอยขวางกั้นหนทางที่นำไปสู่ความหลุดพ้น ความเกียจคร้านนั้นเป็นศัตรูภายใน แต่มาในคราบของมิตรที่มุ่งทำลายโยคาวจรนั้นแล จึงขออย่าได้หลงกลเลย จงขับไล่นิวรณ์นั้นไปจากจิตใจ แล้วใช้เวลาเจริญภาวนาต่อไป จะปฏิบัติในอิริยาบถทั้ง ๔ เลยก็ย่อมได้ ขอให้เป็นอยู่ด้วยการเจริญภาวนาตามความสะดวกของตน ถ้าไม่ได้ผ่านการปฏิบัติในขั้นตอนนี้อย่างน้อยสัก ๑ เดือน ก็ไม่ควรก้าวข้ามไปฝึกฝนในขั้นต่อไป

บทภาวนาแนวรูปสัตตกะ

๑. *ตั้งแต่เกิดจนตาย รูปทั้งหลายทั้งปวงอันเป็นไปในระหว่างการเกิดและการตาย ย่อมเสื่อมลงๆและแตกดับๆอยู่อย่างนั้น จึงไม่เที่ยง เหตุเพราะถูกบีบคั้นด้วยการเกิดและการดับทั้ง ๒ อยู่เนืองนิตย์ เป็นสภาวะน่าสะพรึงกลัว เป็นสภาวะนำไปสู่ภัยอันตรายเป็นอเนกประการ และเป็นวัตถุแห่งการเกิดขึ้นของความทุกข์ทั้งหลายด้วย จึงเป็นทุกข์ รูปเป็นสภาวธรรมซึ่งเมื่อเกิดขึ้น ย่อมไม่เกิดขึ้นตามความต้องการของใครๆ ครั้นเกิดขึ้นแล้ว การเสื่อมลงก็ดี การแตกดับก็ดี*

การไม่ดำรงอยู่ก็ดี จะเป็นไปตามความต้องการของใครๆก็หาไม่ โดยที่รูปทั้งหลายไม่มีเจ้าของ เป็นสภาวะตรงข้ามกับความเป็นตัวตน และไม่มีสาระแก่นสารใดๆ โดยความเป็นตัวตนทั้งในการเสวยสุขทุกข์หรือในการกระทำ จึงเป็นอนัตตา

๒. *ในอายุขัยแห่งชีวิตนี้ รูปทั้งหลายในช่วง ๓๓ ปีแห่งปฐมวัย ย่อมไม่อยู่ยืนยาวไปถึงมัชฌิมวัย แต่ย่อมเสื่อมสลายและแตกดับไปในปฐมวัยนั้นเอง ดังนั้น รูปจึงไม่เที่ยง เหตุเพราะถูกบีบคั้นด้วยการเกิดและการดับทั้ง ๒ อยู่เนืองนิตย์ เป็นสภาวะน่าสะพรึงกลัว เป็นสภาวะนำไปสู่ภัยอันตรายเป็นอเนกประการ และเป็นวัตถุแห่งการเกิดขึ้นของความทุกข์ทั้งหลายด้วย จึงเป็นทุกข์ รูปเป็นสภาวธรรมซึ่งเมื่อเกิดขึ้น ย่อมไม่เกิดขึ้นตามความต้องการของใครๆ ครั้นเกิดขึ้นแล้ว การเสื่อมลงก็ดี การแตกดับก็ดี การไม่ดำรงอยู่ก็ดี จะเป็นไปตามความต้องการของใครๆก็หาไม่ โดยที่รูปทั้งหลายไม่มีเจ้าของ เป็นสภาวะตรงข้ามกับความเป็นตัวตน และไม่มีสาระแก่นสารใดๆ โดยความเป็นตัวตน ทั้งในการเสวยสุขทุกข์หรือในการกระทำ จึงเป็นอนัตตา*

รูปทั้งหลายในช่วง ๓๔ ปีแห่งมัชฌิมวัย ย่อมไม่อยู่ยืนยาวไปถึงปัจฉิมวัย แต่ย่อมเสื่อมสลายและแตกดับไปในมัชฌิมวัยนั้นเอง ดังนั้น รูปจึงไม่เที่ยง เหตุเพราะถูกบีบคั้นด้วยการเกิดและการดับทั้ง๒ อยู่เนืองนิตย์ เป็นสภาวะน่าสะพรึงกลัว เป็นสภาวะนำไปสู่ภัยอันตรายเป็นอเนกประการ และเป็นวัตถุแห่งการเกิดขึ้นของความทุกข์ทั้งหลายด้วย จึงเป็นทุกข์ รูปเป็นสภาวธรรมซึ่งเมื่อเกิดขึ้น ย่อมไม่เกิดขึ้นตามความต้องการของใครๆ ครั้นเกิดขึ้นแล้ว การเสื่อมลงก็ดี การแตกดับก็ดี การไม่ดำรงอยู่ก็ดี จะเป็นไปตามความต้องการของใครๆก็หาไม่ โดยที่รูปทั้งหลายไม่มีเจ้าของ เป็นสภาวะตรงข้ามกับความเป็นตัวตน และไม่มีสาระแก่นสารใดๆโดยความเป็นตัวตนทั้งในการเสวยสุขทุกข์หรือในการกระทำ จึงเป็นอนัตตา

รูปทั้งหลายในช่วง ๓๓ ปีแห่งปัจฉิมวัย ย่อมไม่อยู่ยืนยาวไปถึง

ภพเบื้องหน้า แต่ย่อมเสื่อมสลายและแตกดับไปในปัจฉิมวัยนั้นเอง ดังนั้น รูปจึงไม่เที่ยง เหตุเพราะถูกบีบคั้นด้วยการเกิดและการดับทั้ง ๒ อยู่เนืองนิตย์ เป็นสภาวะน่าสะพรึงกลัว เป็นสภาวะนำไปสู่ภัยอันตรายเป็นอเนกประการ และเป็นวัตถุแห่งการเกิดขึ้นของความทุกข์ทั้งหลายด้วย จึงเป็นทุกข์ รูปเป็นสภาวธรรมซึ่งเมื่อเกิดขึ้น ย่อมไม่เกิดขึ้นตามความต้องการของใครๆ ครั้นเกิดขึ้นแล้ว การเสื่อมลงก็ดี การแตกดับก็ดี การไม่ดำรงอยู่ก็ดี จะเป็นไปตามความต้องการของใครๆ ก็หาไม่ โดยที่รูปทั้งหลายไม่มีเจ้าของ เป็นสภาวะตรงข้ามกับความเป็นตัวตน และไม่มีสาระแก่นสารใดๆโดยความเป็นตัวตนทั้งในการเสวยสุขทุกข์หรือในการกระทำ จึงเป็นอนัตตา

รูปกายทั้งหลายในช่วง ๑๐ ปีแห่งเยาว์วัย ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๑๐ ปีแห่งการละเล่นรื่นเริงใจ แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในเยาว์วัยนั้นทีเดียว รูปกายจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปกายทั้งหลายในช่วง ๑๐ ปีแห่งการละเล่นรื่นเริงใจ ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๑๐ ปีแห่งรูปโฉม แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในวัยแห่งการละเล่นรื่นเริงใจนั้นทีเดียว รูปกายจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปกายทั้งหลายในช่วง ๑๐ ปีแห่งรูปโฉม ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๑๐ ปีแห่งพละกำลัง แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในวัยรูปโฉมนั้นทีเดียว รูปกายจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปกายทั้งหลายในช่วง ๑๐ ปีแห่งพละกำลัง ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๑๐ ปีแห่งสติปัญญา แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในวัยแห่งพละกำลังนั้นทีเดียว รูปกายจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปกายทั้งหลายในช่วง ๑๐ ปีแห่งสติปัญญา ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๑๐ ปีแห่งความเสื่อม แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในวัยแห่งสติปัญญานั้นทีเดียว รูปกายจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปกายทั้งหลายในช่วง ๑๐ ปีแห่งความเสื่อม ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๑๐ ปีแห่งความโน้มค่อม แต่ย่อมเสื่อมลง

และแตกดับอันตรธานไปในวัยแห่งความเสื่อมนั้นทีเดียว รูปกายจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปกายทั้งหลายในช่วง ๑๐ ปีแห่งความโน้มค่อม ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๑๐ ปีแห่งความหลังโกง แต่ย่อมเสื่อมลง และแตกดับอันตรธานไปในวัยแห่งความโน้มค่อมนั้นทีเดียว รูปกายจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปกายทั้งหลายในช่วง ๑๐ ปีแห่งความหลังโกงย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๑๐ ปีแห่งความหลงลืม แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในวัยแห่งความหลังโกงนั้นทีเดียว รูปกายจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปกาย ทั้งหลาย ในช่วง ๑๐ ปีแห่งความหลงลืมย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๑๐ ปีแห่งการนอนรอตาย แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในวัยแห่งความหลงลืมนั้นทีเดียว รูปกายจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปกายทั้งหลาย ในช่วง ๑๐ ปีแห่งการนอนรอตาย ย่อมไม่ดำรงอยู่ต่อไปถึงภพชาติในเบื้องหน้า แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในวัยแห่งการนอนรอตายนั้นทีเดียว รูปกายจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

ในช่วงชีวิตนี้ รูปทั้งหลายในช่วง ๕ ปีแรก ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๕ ปีที่ ๒ แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในช่วง ๕ ปีแรกนั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในช่วง ๕ ปีที่ ๒ ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๕ ปีที่ ๓ แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในช่วง ๕ ปีที่ ๒ นั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในช่วง ๕ ปีที่ ๓ เป็นต้นไป ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๕ ปีต่อๆไป จนถึงช่วง ๕ ปีที่ ๑๙ เลย รูปทั้งหลายเมื่อเกิดขึ้นในช่วง ๕ ปีใด ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในแต่ละช่วง ๕ ปีนั้นๆเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในช่วง ๕ ปีที่ ๒๐ ย่อมไม่ดำรงอยู่ต่อไปถึงภพชาติในเบื้องหน้า แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในช่วง ๕ ปีที่ ๒๐ นั้นเลยทีเดียว รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

ในช่วงชีวิตนี้ รูปทั้งหลายในช่วง ๔ ปีแรก ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๔ ปีที่ ๒ แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในช่วง ๔ ปีแรกนั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในช่วง ๔ ปีที่ ๒ ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๔ ปีที่ ๓ แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในช่วง ๔ ปีที่ ๒ นั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในช่วง ๔ ปีที่ ๓ เป็นต้นไป ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๔ ปีต่อๆไป จนถึงช่วง ๔ ปีที่ ๒๔ เลย รูปทั้งหลายเมื่อเกิดขึ้นในช่วง ๔ ปีใด ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในแต่ละช่วง ๔ ปีนั้นๆเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในช่วง ๔ ปีที่ ๒๕ ย่อมไม่ดำรงอยู่ต่อไปถึงภพชาติในเบื้องหน้า แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในช่วง ๔ ปีที่ ๒๕ นั้นเลยทีเดียว รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

ในช่วงชีวิตนี้ รูปทั้งหลายในช่วง ๓ ปีแรก ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๓ ปีที่ ๒ แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในช่วง ๓ ปีแรกนั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในช่วง ๓ ปีที่ ๒ ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๓ ปีที่ ๓ แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในช่วง ๓ ปีที่ ๒ นั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในช่วง ๓ ปีที่ ๓ เป็นต้นไป ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๓ ปีต่อๆไป จนถึงช่วง ๓ ปีที่ ๓๓ เลย รูปทั้งหลายเมื่อเกิดขึ้นในช่วง ๓ ปีใด ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในแต่ละช่วง ๓ ปีนั้นๆเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในช่วง ๓ ปีที่ ๓๓ ย่อมไม่ดำรงอยู่ต่อไปถึงภพชาติในเบื้องหน้า แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในช่วง ๓ ปีที่ ๓๓ นั้นเลยทีเดียว รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

ในช่วงชีวิตนี้ รูปทั้งหลายในช่วง ๒ ปีแรก ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๒ ปีที่ ๒ แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในช่วง ๒ ปีแรกนั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในช่วง

๒ ปีที่ ๒ ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๒ ปีที่ ๓ แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในช่วง ๒ ปีที่ ๒ นั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในช่วง ๒ ปีที่ ๓ เป็นต้นไป ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๒ ปีต่อๆไป จนถึงช่วง ๒ ปีที่ ๔๙ เลย รูปทั้งหลายเมื่อเกิดขึ้นในช่วง ๒ ปีใด ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในแต่ละช่วง ๒ ปีนั้นๆเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในช่วง ๒ ปีที่ ๕๐ ย่อมไม่ดำรงอยู่ต่อไปถึงภพชาติในเบื้องหน้า แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในช่วง ๒ ปีที่ ๕๐ นั้นเลยทีเดียว รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

ในช่วงชีวิตนี้ รูปทั้งหลายในช่วง ๑ ปีแรก ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วงปีที่ ๒ แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในช่วงปีแรกนั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในช่วงปีที่ ๒ ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วงปีที่ ๓ แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในช่วงปีที่ ๒ นั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในช่วงปีที่ ๓ เป็นต้นไป ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วงปีต่อๆไป จนถึงช่วงปีที่ ๙๙ เลย รูปทั้งหลายเมื่อเกิดขึ้นในช่วงปีใด ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในแต่ละช่วงปีนั้นๆเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในช่วงปีที่ ๑๐๐ ย่อมไม่ดำรงอยู่ต่อไปถึงภพชาติในเบื้องหน้า แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในช่วงปีที่ ๑๐๐ นั้นเลยทีเดียว รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

รูปทั้งหลายในช่วง ๔ เดือนแรกของปี ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๔ เดือนที่ ๒ แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในช่วง ๔ เดือนที่ ๒ นั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในช่วง ๔ เดือนที่ ๒ ของปี ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๔ เดือนที่ ๓ แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในช่วง ๔ เดือนที่ ๒ นั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในช่วง ๔ เดือนที่ ๓ ของปี ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงปีต่อไป แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับ

อันตรธาน ไปในช่วง ๔ เดือนที่ ๓ นั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

รูปทั้งหลายในช่วง ๒ เดือนแรกของปี ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๒ เดือนที่ ๒ แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับ ฯลฯ รูปทั้งหลายในช่วง ๒ เดือนที่ ๒ ของปี ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงช่วง ๒ เดือนที่ ๓ แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับ ฯลฯ รูปทั้งหลายในช่วง ๒ เดือนที่ ๓ ของปี ฯลฯ รูปทั้งหลายในช่วง ๒ เดือนที่ ๔ ของปี ฯลฯ รูปทั้งหลายในช่วง ๒ เดือนที่ ๕ ของปี ฯลฯ รูปทั้งหลายในช่วง ๒ เดือนที่ ๖ ของปี ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงปีต่อไป แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธาน ไปในช่วง ๒ เดือนที่ ๖ นั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

รูปทั้งหลายในช่วงปักษ์ข้างขึ้นของเดือน ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงปักษ์ข้างแรม แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในช่วงปักษ์ข้างขึ้นนั้นเอง รูปจึง ฯลฯ รูปทั้งหลายในช่วงปักษ์ข้างแรมของเดือน ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงเดือนต่อไป ฯลฯ รูปทั้งหลายในช่วงกลางวันในแต่ละวัน ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงกลางคืน แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในเวลากลางวันนั้นเอง ฯลฯ รูปทั้งหลายในเวลากลางคืน ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงวันต่อไป แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธาน ไปในเวลากลางคืนนั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

รูปทั้งหลายในภาคเช้าของวัน ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงภาคกลางวัน แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในภาคเช้านั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในภาคกลางวัน ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงภาคบ่าย ฯลฯ รูปทั้งหลายในภาคบ่าย ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงปฐมยาม ฯลฯ รูปทั้งหลายในปฐมยาม ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงมัชฌิมยาม ฯลฯ รูปทั้งหลายในมัชฌิมยาม ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงปัจฉิมยาม ฯลฯ รูปทั้งหลายในปัจฉิมยาม ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงวันต่อไป แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในปัจฉิมยามนั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

ในเวลาก้าวเท้าเดินไป รูปทั้งหลายอันมีอยู่ในเท้าซึ่งกำลังยกขึ้น ย่อมไม่ตั้งอยู่ถึงขณะก้าวเท้าไปในเบื้องหน้า แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปก่อน รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายอันมีอยู่ในเท้าซึ่งกำลังก้าวไปในเบื้องหน้า ย่อมไม่ตั้งอยู่ถึงขณะลดเท้าลง แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปก่อน รูปจึง ฯลฯ รูปทั้งหลายอันมีอยู่ในเท้าซึ่งกำลังลดวางลง ย่อมไม่ตั้งอยู่แม้ขณะเท้าแตะพื้น แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปก่อน รูปจึง ฯลฯ รูปทั้งหลายอันมีอยู่ในเท้าซึ่งกำลังวางอยู่บนพื้น ย่อมไม่ตั้งอยู่ถึงขณะกดเท้าลงเพื่อยกเท้าอีกข้างหนึ่งขึ้น แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปก่อน รูปจึง ฯลฯ รูปทั้งหลายอันมีอยู่ในเท้าซึ่งกำลังกดลงบนพื้น ย่อมไม่ตั้งอยู่ขณะยกเท้าอีกข้างหนึ่งขึ้น แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปก่อน รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

๓. รูปทั้งหลายซึ่งดำรงอยู่ในช่วงเวลาหิวโหย ย่อมไม่ตั้งอยู่จนถึงช่วงเวลาอิ่มสบาย แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปก่อน รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายซึ่งดำรงอยู่ในช่วงเวลาอิ่มสบาย ย่อมไม่ตั้งอยู่จนถึงช่วงเวลาหิวโหย แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปก่อน รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

๔. รูปทั้งหลายซึ่งดำรงอยู่ในช่วงเวลาหนาวเย็น ย่อมไม่ตั้งอยู่จนถึงช่วงเวลาอากาศร้อน แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปก่อน รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายซึ่งดำรงอยู่ในช่วงเวลาอากาศร้อน ย่อมไม่ตั้งอยู่จนถึงช่วงเวลาหนาวเย็น แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปก่อน รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

๕. รูปทั้งหลายในจักขุทวารย่อมไม่ไปยังที่อื่นใด แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไป รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในโสตทวาร ฯลฯ รูปทั้งหลายในฆานทวาร ฯลฯ รูปทั้งหลายในชิวหาทวาร ฯลฯ รูปทั้งหลายในกายทวาร ฯลฯ รูปทั้งหลายในหทัยวัตถุอันเกิดขึ้นจากกรรรม ย่อมไม่ไปยังที่อื่นใด แต่ย่อมเสื่อมลงและ

แตกดับอันตรธานไป รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

๖. *รูปทั้งหลายซึ่งเป็นไปในขณะมีความโสมนัสยินดี ย่อมไม่ดำรงอยู่ในเวลามีความโทมนัส แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในขณะมีความโสมนัสนั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายซึ่งเป็นไปในขณะมีความโทมนัส ย่อมไม่ดำรงอยู่ในเวลามีความโสมนัส แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในขณะมีความโทมนัสนั้นเอง รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา*

๗. *รูปทั้งหลายในใบไม้อ่อน ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงขณะเป็นใบไม้แก่ แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในขณะนั้นเลยทีเดียว รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในใบไม้แก่ ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงขณะเป็นใบไม้เหลือง ฯลฯ รูปทั้งหลายในใบไม้เหลือง ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงขณะเป็นใบไม้แห้ง ฯลฯ รูปทั้งหลายในใบไม้แห้ง ย่อมไม่ไปสู่ที่อื่นใด แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในขณะนั้นเลยทีเดียว รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา*

รูปทั้งหลายในดอกไม้ตูม ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงขณะเป็นดอกไม้บาน แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในขณะนั้นเลยทีเดียว รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปทั้งหลายในดอกไม้บาน ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงขณะกลายเป็นผลไม้อ่อนๆ ฯลฯ รูปทั้งหลายในผลไม้อ่อนๆ ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงขณะกลายเป็นผลไม้แก่ ฯลฯ รูปทั้งหลายในผลไม้แก่ ย่อมไม่ดำรงอยู่ถึงขณะกลายเป็นผลไม้สุก ฯลฯ รูปทั้งหลายในผลไม้สุก ย่อมไม่ไปสู่ที่อื่นใด แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไปในขณะนั้นเลยทีเดียว รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

รูปทั้งปวงอันเป็นไปตามธรรมดาเช่นนี้ ย่อมไม่ย้ายไปจากสถานะหนึ่งสู่อีกสถานะหนึ่ง แต่ย่อมเสื่อมลงและแตกดับอันตรธานไป ณ สถานะนั้นๆ เลยทีเดียว รูปจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

อนึ่ง ควรทราบว่า การที่ความทุกข์เกิดขึ้นจากรูปอันเป็นไปตามธรรมดา

นั้น หาใช่เพราะความเป็นธรรมดาในรูปไม่ แต่เป็นเพราะบุคคลเข้าไปยึดมั่นถือมั่นในรูปเหล่านั้น โดยความเป็นของๆตนนั่นเอง

บทภาวนาแนวอรูปสัตตกะ

กลาปโต ยมกโต ขณโต ปฏิปาฏิโต
ทิฏฺฐิ อุคฺฆาฏนา มาน- สมุคฺฆาฏนโต ปิว
นิกนฺติ ปริยาทาน สตฺตารูปวิปสฺสนา

นี้เป็นคาถาบาลีซึ่งแสดงถึงหัวข้อในอรูปสัตตกวิปัสสนา มีทั้งหมด ๗ ประการ คือ

การเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นกลาป (หมวดหมู่)
การเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นยมกะ (ควบคู่กัน)
การเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นขณะ (หมายถึงขณะจิต)
การเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นปฏิปาฏิ (กำหนดตามลำดับ)
การเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นทิฏฐิอุคฆาฏนะ (ถอนทิฏฐิ)
การเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นมานสมุคฆาฏนะ (ถอนมานะ)
การเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นนิกันติปริยาทานะ (บรรเทาตัณหา)

การเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นกลาป หมายความว่า ปฏิบัติวิปัสสนาโดยยึดเอาหมวดหมู่แห่งจิตและเจตสิกเป็นอารมณ์ จิตและเจตสิกเป็นธรรมที่ละเอียดอ่อนยิ่งนัก จึงเป็นการยากที่จะเห็นจิตแต่ละดวงหรือเจตสิกแต่ละดวงได้ แต่ไม่เป็นการยากที่จะหยั่งรู้ได้ด้วยปัญญา ดังนั้น เพื่อเป็นความสะดวกยิ่งขึ้นในการเจริญวิปัสสนา จึงควรพิจารณาจิตและเจตสิกเหล่านั้นในฐานะเป็นกลาปหรือเป็นหมวดหมู่เลยทีเดียว ในเวลาพิจารณาหมวดหมู่ของรูปในแต่ละภพชาติเพียงชั่วครั้งเดียว ซึ่งปฏิสนธิพร้อมด้วยสภาวะทั้ง ๒ คือ ความเกิดและความตาย โดยความเป็นสภาวะไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา ในขณะนั้น จิตและเจตสิกย่อมเกิดขึ้นเป็นจำนวนมากมายหลายโกฏิดวงเลยทีเดียว

จิตกลาปโดยความเป็นหมวดหมู่หนึ่งเดียวที่กำหนดพิจารณารูป ซึ่งดับ

ไปในขบวนการเกิดและตายทั้งหมดทั้งสิ้นนั้นก็ดี หรือกลาปกล่าวคือหมวดหมู่ที่รวมทั้งจิตและเจตสิกทั้งหมดเป็นหนึ่งเดียว ซึ่งกำหนดวิปัสสนาในรูปที่แตกดับเพราะล่วงวัยแล้วก็ดี การปฏิบัติวิปัสสนาโดยถือเอาหมวดหมู่แห่งจิตที่กำหนดวิปัสสนาในรูปทั้งหลายเหล่านั้น ด้วยอาการดังกล่าวเช่นนี้แหละ ได้ชื่อว่า การเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นกลาป

การเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นยมกะ หมายถึง การใช้จิตพิจารณาดูจิตขณะกำลังกำหนดรูปโดยความเป็นวิปัสสนา เมื่อพิจารณาอยู่เช่นนี้ จึงเป็นการเจริญวิปัสสนาโดยกำหนดนามและรูปทั้ง ๒ อย่างควบคู่กันไป (ยมกะ) อนิจจลักษณะของวิญญาณเป็นสิ่งที่ปรากฏชัดเจน ส่วนทุกขลักษณะพึงทราบโดยนัยดังต่อไปนี้ คือ ถ้าแม้นมีเพียงรูปเท่านั้นดำรงอยู่โดยไม่มีวิญญาณ ไม่ว่าจะมีสิ่งใดเกิดขึ้นกับรูปนั้น ความรู้สึกว่าเป็นทุกข์ย่อมไม่มี เพราะไม่มีการรับรู้ใดๆ นั่นเอง ความรับรู้นั้นแหละที่ทำให้รู้สึกเป็นทุกข์ และความรับรู้จะเกิดขึ้นได้เพราะมีขบวนการทางวิญญาณดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง ถ้าหากขบวนการของวิญญาณดับไป โดยอาการที่จะไม่เกิดขึ้นใหม่ด้วยประการทั้งปวง ความทุกข์ย่อมถึงที่สุดลงเพราะเหตุนั้นเลยทีเดียว แต่โดยที่ขบวนการเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องของวิญญาณยังมีอยู่ จึงมีการเสวยทุกขเวทนา ดังนั้น ไม่ว่าจะเป็นวิญญาณชนิดใด ย่อมไม่อาจเป็นอิสระจากสภาวะนำมาซึ่งความทุกข์ได้ ทั้งนี้ หมายเอาวิญญาณอันประกอบด้วยสุขเวทนา โสมนัสเวทนา หรืออุเบกขาเวทนาด้วย

สมควรกล่าวได้ว่า โดยทั่วไปแล้ว จิตหรือวิญญาณทุกดวงย่อมเป็นสภาวะนำมาซึ่งความทุกข์โดยแท้ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความดับสิ้นไปแห่งสุขเวทนาหรือโสมนัสเวทนานั้นแหละ เป็นสภาวะก่อเกิดความทุกข์ ส่วนการเกิดขึ้นของจิตซึ่งประกอบด้วยทุกขเวทนาและโทมนัสเวทนา ย่อมเป็นสภาวะที่นำความทุกข์มาให้เป็นธรรมดาอยู่แล้ว

การเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นขณะ หมายถึง การเจริญวิปัสสนาโดยพิจารณารูปอย่างใดอย่างหนึ่งแล้ว ใช้จิตอีกดวงหนึ่งตามกำหนดรู้จิตที่พิจารณารูปนั้น และแล้วย่อมตามกำหนดรู้จิตดวงนั้นแหละด้วยจิตอีกดวงหนึ่ง ให้กำหนดรู้ซึ่งกันและกันด้วยจิตตามลำดับ จนถึงขณะจิตลำดับที่ ๔ ดังนี้

การเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นปฏิปาฏิ หมายถึง การเจริญวิปัสสนาโดยพิจารณารูปอย่างใดอย่างหนึ่งแล้ว ใช้จิตดวงที่ ๒ ตามกำหนดรู้จิตที่พิจารณารูปนั้น และแล้วย่อมตามกำหนดรู้จิตดวงที่ ๒ นั้นแหละด้วยจิตดวงที่ ๓ ต่อไป พึงกำหนดรู้ซึ่งกันและกันด้วยจิตตามลำดับ จนถึงขณะจิตลำดับที่ ๑๐ ดังนี้

แม้โยคาวจรจะเพียรเจริญวิปัสสนา จนสามารถยังทิฏฐิวิสุทธิให้เกิดมีขึ้นได้ ด้วยอำนาจแห่งวิปัสสนานั้น สักกายทิฏฐิอันละเอียดอ่อนอาจเกิดขึ้นได้ในจิตของเขาว่า “เราปฏิบัติวิปัสสนา ผู้เจริญวิปัสสนาคือตัวเรา” ดังนี้ การปฏิบัติวิปัสสนาด้วยความมุ่งมั่นเพื่อบรรเทาความคิดเห็นเช่นนี้นั้นแหละ เรียกว่า การเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นทิฏฐิอุคฆาฏนะ

อนึ่ง มานะ (ความถือตน) อันละเอียดอ่อนเกี่ยวกับการเจริญวิปัสสนาอาจเกิดขึ้นได้ในจิตของโยคาวจรว่า “บุคคลที่เหลืออื่นๆล้วนเป็นผู้ว่างเปล่า มีแต่เราเท่านั้นเป็นนักปฏิบัติ วิปัสสนาญาณของเราแก่กล้ามากแล้ว” ดังนี้ การปฏิบัติวิปัสสนาโดยมุ่งหมายเพื่อบรรเทามานะเช่นนั้น เรียกว่า การเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นมานสมุคฆาฏนะ

โยคาวจรผู้เพียรเพ่งพิจารณาไตรลักษณ์ในสังขารทั้งหลาย ครั้นได้หยั่งรู้ความไม่เที่ยงแท้ถาวร ความทุกข์ และสภาวะไร้แก่นสารในสังขาร ตัณหาอันเกี่ยวเนื่องด้วยสังขารย่อมเบาบางลง แต่ตัณหายึดติดอันละเอียดอ่อนเกี่ยวกับวิปัสสนาญาณ และธรรมทั้งหลายที่เนื่องด้วยวิปัสสนาญาณนั้น อาจเกิดขึ้นในจิตของโยคาวจรได้ ว่า “นี้เป็นวิปัสสนาของเรา นี้เป็นศรัทธาของเรา นี้เป็นวิริยะของเรา นี้เป็นการเจริญสติของเรา” การปฏิบัติวิปัสสนาโดยอาการที่ตัณหาเหล่านั้นจะบรรเทาเบาบางลง นี้แหละเรียกว่า การเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นนิกันติปริยาทานะ

ในวิปัสสนาภาวนา ๗ ประการเหล่านี้ ถ้าแม้นโยคาวจรพึงเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นกลาป (หมวดหมู่) อย่างพิสดาร ตามนัยแห่งรูปสัตตกะที่อธิบายไว้แล้วในเบื้องต้น คงใช้เวลาราวๆการปฏิบัติโดยนัยแห่งรูปสัตตกะดังกล่าวนั้นแล ถ้าหากเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นยมกะ (นามรูปควบคู่กัน) อย่างพิสดาร

การปฏิบัตินั้นย่อมมีความยาวเป็น ๒ เท่าของการเจริญวิปัสสนาด้วยรูปสัตตกะ ส่วนการเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นขณะ ย่อมมีความยาวเป็น ๕ เท่าของการเจริญวิปัสสนาด้วยรูปสัตตกะ ถ้าหากเจริญวิปัสสนาโดยความเป็นปฏิปาฏิ (ตามลำดับ) อย่างพิสดาร นั้นย่อมเป็นระยะเวลาที่มีความยาวเป็น ๑๑ เท่าดุจการเจริญวิปัสสนาด้วยรูปสัตตกะเลยทีเดียว

อันที่จริงในการเจริญวิปัสสนาภาวนา ยิ่งปฏิบัติโดยพิสดารเพียงใดย่อมเป็นการดียิ่งขึ้นเพียงนั้น แต่การเจริญภาวนาอย่างยืดยาวเห็นปานนั้น ย่อมเป็นเรื่องยากลำบากยิ่งนัก ดังนั้น ในที่นี้จะเสนอเพียงข้อความที่ใช้เป็นแนวทางปฏิบัติอย่างลัดสั้น ส่วนการเจริญวิปัสสนาภาวนาอีก ๓ นัย มีทิฏฐิอุคฆาฏนะเป็นต้น ไม่มีแนวทางเป็นพิเศษโดยเฉพาะแต่อย่างใด การเพียรเพ่งพิจารณาอยู่เนืองๆว่า “สัตว์หรือบุคคลผู้เจริญวิปัสสนานั้น แท้จริงหามีอยู่ไม่ เป็นสักแต่เพียงสังขารทั้งหลายล้วนๆนั้นแหละ เป็นผู้เจริญวิปัสสนาในสังขารทั้งหลาย” เช่นนี้ย่อมเป็นการเจริญวิปัสสนาทั้ง ๓ นัยนั้น มีทิฏฐิอุคฆาฏนะเป็นต้นอยู่ในตัวแล้ว ขอให้จดจำข้อความที่จะได้แสดงไว้ดังต่อไปนี้ แล้วนำไปเจริญภาวนาเถิด

บทเจริญกลาปวิปัสสนา

วิปัสสนาจิตทั้งหลายซึ่งกำหนดพิจารณารูป อันปฏิสนธิพร้อมกับการเกิดและความตายทั้ง ๒ นั้น ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แม้วิปัสสนาจิตทั้งหลายที่ตามพิจารณาจิตนั้นแหละ ซึ่งแตกดับเพราะความล่วงไปแห่งวัย ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แม้วิปัสสนาจิตทั้งหลายที่ตามพิจารณารูป ซึ่งเกิดขึ้นเพราะอาศัยอาหาร ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แม้วิปัสสนาจิตทั้งหลายที่ตามพิจารณารูป ซึ่งเกิดขึ้นเพราะอาศัยอุตุ ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แม้วิปัสสนาจิตทั้งหลายที่ตามพิจารณารูป ซึ่งเกิดขึ้นเพราะอาศัยกรรม ฯลฯ แม้วิปัสสนาจิตทั้งหลายที่ตามพิจารณารูป ซึ่งเกิดขึ้นเพราะอาศัยจิต ฯลฯ แม้วิปัสสนาจิตทั้งหลายที่ตามพิจารณารูป ซึ่งเป็นไปอยู่ตามธรรมดา ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

บทเจริญยมกวิปัสสนา

รูปทั้งหลายซึ่งปฏิสนธิพร้อมกับการเกิดและความตายทั้ง ๒ นั้น ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แม้วิปัสสนาจิตทั้งหลายซึ่งตามพิจารณารูปอันปฏิสนธิพร้อมกับการเกิดและความตายทั้ง ๒ นั้น ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

รูปทั้งหลายซึ่งแตกดับไปเพราะล่วงวัย ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แม้วิปัสสนาจิตทั้งหลายซึ่งตามพิจารณารูปอันแตกดับไปเพราะล่วงวัย ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

รูปทั้งหลายซึ่งเกิดขึ้นเพราะอาหาร ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แม้วิปัสสนาจิตทั้งหลายซึ่งตามพิจารณารูปเหล่านั้นอันเกิดขึ้นเพราะอาหาร ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

รูปทั้งหลายซึ่งเกิดขึ้นเพราะอุตุ ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แม้วิปัสสนาจิตทั้งหลายซึ่งตามพิจารณารูปเหล่านั้นอันเกิดขึ้นเพราะอุตุ ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

รูปทั้งหลายซึ่งเกิดขึ้นเพราะกรรม ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แม้วิปัสสนาจิตทั้งหลายซึ่งตามพิจารณารูปเหล่านั้นอันเกิดขึ้นเพราะกรรม ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

รูปทั้งหลายซึ่งเกิดขึ้นเพราะจิต ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แม้วิปัสสนาจิตทั้งหลายซึ่งตามพิจารณารูปเหล่านั้นอันเกิดขึ้นเพราะจิต ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

รูปทั้งหลายอันเป็นไปตามธรรมดา ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แม้วิปัสสนาจิตทั้งหลายซึ่งตามพิจารณารูปเหล่านั้นอันเป็นไปตามธรรมดา ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

บทเจริญขณวิปัสสนา

รูปทั้งหลายซึ่งปฏิสนธิพร้อมกับการเกิดและความตายทั้ง ๒ นั้น ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แม้วิปัสสนาจิตทั้งหลายซึ่งตามพิจารณารูปอันปฏิสนธิพร้อมกับการเกิดและความตายทั้ง ๒ นั้น ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา วิปัสสนาจิตดวงที่ ๒ ซึ่งตามพิจารณาจิตดวงแรก ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา วิปัสสนาจิตดวงที่ ๓ ซึ่งตามพิจารณาจิตดวงที่ ๒ ฯลฯ แม้วิปัสสนาจิตดวงที่ ๔ ซึ่งตามพิจารณาจิตดวงที่ ๓ ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

(ควรปรับเปลี่ยนบทเจริญวิปัสสนา เพื่อนำมาใช้ภาวนาในทำนองเดียวกัน เกี่ยวกับวิปัสสนาจิตในการพิจารณารูปทั้งหลาย ๖ ประเภท มีรูปซึ่งแตกดับไปเพราะล่วงวัยเป็นต้นด้วย)

บทเจริญปฏิปาฏิวิปัสสนา

รูปทั้งหลายซึ่งปฏิสนธิพร้อมกับการเกิดและความตายทั้ง ๒ นั้น ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แม้วิปัสสนาจิตทั้งหลายซึ่งตามพิจารณารูปอันปฏิสนธิพร้อมกับการเกิดและความตายทั้ง ๒ นั้น ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แม้วิปัสสนาจิตดวงที่ ๒ ซึ่งตามพิจารณาจิตดวงแรกนั้น ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แม้วิปัสสนาจิตดวงที่ ๓ ซึ่งตามพิจารณาจิตดวงที่ ๒ นั้น ฯลฯ แม้วิปัสสนาจิตดวงที่ ๔ ซึ่งตามพิจารณาจิตดวงที่ ๓ นั้น ฯลฯ แม้วิปัสสนาจิตดวงที่ ๕ ซึ่งตามพิจารณาจิตดวงที่ ๔ นั้น ฯลฯ แม้วิปัสสนาจิตดวงที่ ๖ ซึ่งตามพิจารณาจิตดวงที่ ๕ นั้น ฯลฯ แม้วิปัสสนาจิตดวงที่ ๗ ซึ่งตามพิจารณาจิตดวงที่ ๖ นั้น ฯลฯ แม้วิปัสสนาจิตดวงที่ ๘ ซึ่งตามพิจารณาจิตดวงที่ ๗ นั้น ฯลฯ แม้วิปัสสนาจิตดวงที่ ๙ ซึ่งตามพิจารณาจิตดวงที่ ๘ นั้น ฯลฯ แม้วิปัสสนาจิตดวงที่ ๑๐ ซึ่งตามพิจารณาจิตดวงที่ ๙ นั้น ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

(ควรประยุกต์บทเจริญวิปัสสนานี้ เพื่อนำมาใช้กำหนดภาวนาสำหรับการพิจารณารูปที่เหลือทั้ง ๖ ประเภท โดยทำนองเดียวกัน มีรูปซึ่งแตกดับไปเพราะล่วงวัย เป็นต้น)

บทภาวนาเพื่อทิฏฐิอุคฆาฏนะ มานสมุคฆาฏนะ และนิกันติปริยาทานะ

สัตว์หรือบุคคลผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาหามีไม่ สังขารทั้งหลายนั้นแหละย่อมตามพิจารณาสังขารโดยความเป็นวิปัสสนา สังขารทั้งหลายซึ่งเป็นอารมณ์แห่งวิปัสสนา ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แม้สังขารทั้งหลายผู้เจริญวิปัสสนาก็เช่นกัน ย่อมไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

๑๐ มัคคามัคคญาณ ทัสสนวิสุทธิ (๔)

แนวทางปฏิบัติเกี่ยวกับสภาวะเกิดดับ

ถ้าแม้นโยคาวจรได้เพียรปฏิบัติวิปัสสนาตามนัยแห่งรูปสัตตกะและอรูปสัตตกะ ดังได้พรรณนามาแล้วนั้น เขาย่อมยังวิปัสสนาญาณข้อแรกใน ๑๐ ข้อ กล่าวคือ สัมมสนญาณให้บริบูรณ์พร้อมได้ สัมมสนญาณได้แก่ญาณหยั่งรู้สังขารทั้งหลายโดยนัยแห่งอนิจจลักษณะเป็นต้น สิ่งที่โยคาวจรผู้บรรลุญาณนี้พึงปฏิบัติ คือ ยุติการพิจารณาไตรลักษณ์แล้ว เริ่มปฏิบัติเพื่อบรรลุถึงอุทยัพพยญาณเป็นอันดับต่อไป *อุทยะ* คือการเกิดขึ้นแห่งสังขารทั้งหลาย *วยะ* คือความแตกดับและอันตรธานไป ญาณหยั่งรู้ในการเกิดและแตกดับทั้ง ๒ นั้นแหละ เรียกว่า อุทยัพพยญาณ แต่อุทยัพพยญาณย่อมไม่อาจเกิดขึ้นได้ เพียงเพราะความรู้ที่จดจำมาจากตำรับตำรา หรือท่องจำข้อความเหล่านั้นจนขึ้นใจ หรือ นำเอาสิ่งที่ได้เล่าเรียนนั้นมาบรรยาย เป็นต้นว่า "สังขารทั้งหลายย่อมเกิดขึ้นอย่างนี้ ย่อมแตกดับไปอย่างนี้ ย่อมเกิดขึ้นด้วยเหตุนี้ๆ และย่อมแตกดับไปด้วยเหตุนี้ๆ"

ถ้าหากท่านนำเอากล่องไม้ขีดไฟเข้าไปในห้องที่มืดสนิท และจุดไม้ขีดไฟขึ้นมาก้านหนึ่ง ลำดับนั้น แสงสว่างย่อมสาดส่องไปทั่วห้องนั้นเอง ครั้นไม้

ขีดไฟดับมอดลง แสงสว่างย่อมหายไป และความมืดย่อมกลับคืนมาอีก ถ้าจุดไม้ขีดไฟขึ้นมาอีกครั้งหนึ่ง แสงสว่างย่อมกระจายไปทั่วห้องอีกครั้งหนึ่งเช่นกัน ครั้นไม้ขีดไฟนั้นดับลง แสงสว่างย่อมดับไปด้วย และความมืดย่อมกลับคืนมาอีก นี้คือประสบการณ์ตรงที่ปรากฏชัดแก่ตัวท่านเอง ไม่ต้องสงสัยเลยว่า ในวันรุ่งขึ้น เมื่อท่านรำลึกถึงอาการที่แสงสว่างหรือความมืดทั้ง ๒ อย่างนั้น เกิดขึ้นและดับหายไป สภาวะทั้ง ๒ คือ การเกิดขึ้นและดับหายไปของแสงสว่างหรือความมืด ย่อมมิใช่เป็นดังสิ่งที่ท่านได้ยินได้ฟังมา ทั้งมิใช่เป็นดังสิ่งที่ท่านอนุมานเอาเอง เมื่อท่านรำลึกอยู่เช่นนั้น สภาวะทั้ง ๒ แห่งความเกิดขึ้นและดับหายไปของแสงสว่างและความมืด ย่อมเป็นประดุจปรากฏแก่สายตาของท่านเองเลยทีเดียว ถ้าหากท่านสามารถเพ่งพิจารณาสภาวะแห่งการเกิดดับทั้ง ๒ อย่าง ในสังขารธรรมทั้งที่เป็นของท่านเอง หรือของบุคคลอื่น หรือแม้ที่เป็นไปนอกจากสัตว์บุคคลทั้งหลาย โดยรู้แจ้งอาการในสภาวะเหล่านั้นประดุจปรากฏแก่ท่านเอง พึงทราบว่า นั้นคืออุทยัพพยญาณ (ความหยั่งรู้ทั้งสภาวะเกิดดับ) ซึ่งเกิดมีขึ้นในจิตตสันดานของท่านแล้ว

โยคาวจรพึงเพียรเพ่งสภาวะแห่งความเกิดขึ้นและดับไปของสังขารอยู่เนืองๆ จนเกิดปัญญาหยั่งรู้อย่างประจักษ์ชัดแม้เช่นนั้น สิ่งที่ควรต้องเจริญภาวนาในขั้นตอนนี้ คือ การไตร่ตรองพิจารณาสภาวะทั้ง ๒ นั้นนั่นเอง ในที่นี้จะอธิบายเกี่ยวกับสภาวะแห่งการเกิดดับแต่โดยสังเขป เพื่ออำนวยประโยชน์แก่โยคาวจรในการเจริญอุทยัพพยญาณให้เกิดมีขึ้น

อุปปาทะ และ *นิโรธะ* คือ ศัพท์ ๒ คำ ซึ่งแสดงถึงการเกิดขึ้นและแตกดับไป อุปปาทะมี ๓ ชนิดคือ *ขณิกอุปปาทะ สันตติอุปปาทะ* และ *อนุปปันนอุปปาทะ* (อนุปปันนะ แปลว่า สิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น) แม้นิโรธะก็มี ๓ ชนิดเหมือนกัน คือ *ขณิกนิโรธะ สันตตินิโรธะ* และ *อนุปปันนนิโรธะ*

คัมภีร์พระอภิธรรมแสดงปรมัตถธรรมไว้ว่ามี ๓ ขณะ คือ อุปปาทะ ฐิติ และภังคะ ในขณะทั้ง ๓ นั้น ขณะแรก (อุปปาทะ) นั้นแหละได้ชื่อว่า ขณิกอุปปาทะของสังขารทั้งหลาย การเกิดขึ้นในเบื้องแรกของขบวนการต่อเนื่องแห่งนามรูป ซึ่งเป็นสภาวธรรมที่เป็นไปเพียงชั่วขณะ เรียกว่า สันตติอุปปาทะ

ครั้นมีเหตุปัจจัยอย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น ซึ่งจะก่อเกิดผลในเบื้องหน้าอย่างแน่นอน แม้ผลนั้นจะมิใช่สิ่งที่เกิดมีขึ้นแล้วก็ตาม แต่เพราะอาศัยเหตุปัจจัยที่เกิดแล้วนั้นแหละ ย่อมมีโอกาสเกิดขึ้นโดยแท้ จึงถือได้ว่า ผลนั้นมีสภาวะแห่งการเกิดขึ้นเช่นกัน สภาวะของธรรมที่จะเกิดขึ้น เพราะเป็นสิ่งอันพึงอุบัติขึ้นในกาลเบื้องหน้านี้แหละ เรียกว่า อนุปปันนอุปปาทะ ถ้าหากเข้าใจในจุดนี้ได้แล้ว ในเวลาพิจารณาเกี่ยวกับอนุปปันนนิโรธะ จะสามารถทำความเข้าใจได้โดยง่าย

ความแตกดับไปแห่งปรมัตถธรรมทั้งหลายอันประกอบด้วยขณะทั้ง ๓ มีอุปปาทะเป็นอาทิ ณ ภังคขณะนั้นแหละ เรียกว่า ขณิกนิโรธะ ความสิ้นสุดลงของขบวนการต่อเนื่องแห่งสังขารใดๆ อันเป็นไปเพียงชั่วขณะ ความสิ้นสุดนั้นชื่อว่า สันตตินิโรธะ ธรรมอันเป็นผลใดๆก็ตาม อันจะเกิดขึ้นในเบื้องหน้าด้วยอำนาจแห่งเหตุปัจจัยอย่างใดอย่างหนึ่ง ครั้นเหตุปัจจัยนั้นดับไป ผลอันพึงเกิดขึ้น ย่อมเข้าถึงฐานะแห่งการไม่เกิดขึ้น หรือถูกขัดขวางมิให้เกิดขึ้นได้ นี้คือ *อนุปปันนนิโรธะ* จะเรียกโดยอีกชื่อหนึ่งว่า อนุปปาทนิโรธะ ก็ได้ ดังเช่น ต้นไม้ต้นหนึ่งซึ่งออกผลทุกปี ครั้นต้นไม้นั้นถูกโค่นทิ้งเสียแล้ว ผลทั้งหลายอันพึงเกิดขึ้นจากต้นไม้ย่อมพินาศไปด้วย และถึงความสิ้นสุดไปเช่นกันเพราะเหตุดังกล่าว นี้เป็นอาการแตกดับไป (นิโรธะ) ของสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น ดังนั้น จึงเรียกสภาวะนั้นว่าเป็น อนุปปันนนิโรธะ นักปฏิบัติพึงทราบอาการแห่งอนุปปันนนิโรธะในสังขารทั้งหลาย ดุจเดียวกับในกรณีของต้นไม้นั้นแล

ในบรรดาการเกิดดับประเภทต่างๆเหล่านั้น ขณิกอุทยัพพยะ (การเกิดดับชนิดที่เป็นขณิกอุปปาทะและขณิกนิโรธะ) ย่อมปรากฏแก่วิปัสสนาญาณของพระพุทธเจ้าเท่านั้น ไม่ปรากฏแก่วิปัสสนาญาณของพระสาวก แต่พระสาวกผู้เพียรเพ่งความเกิดดับของสันตติขณะอันละเอียดอ่อนเป็นอย่างยิ่ง ย่อมยังปัญญาญาณให้เจริญขึ้น จนสามารถบรรลุ “ความเห็น” ที่ใกล้เคียงกับญาณหยั่งรู้ความเกิดดับของขณิกอุทยัพพยะได้ สำหรับพระสาวกแล้ว นี้ย่อมเป็นประมาณ (เพียงพอ) ต่อการบรรลุมรรคผลแล้ว

โยคาวจรผู้เพียรปฏิบัติให้อุทยัพพยญาณบังเกิดมีขึ้น ในเบื้องแรก พึงพิจารณาความเกิดขึ้นและดับไปของสังขารโดยนัยนี้แต่เพียงหยาบๆก่อน ลำดับ

นั้น เขาย่อมเห็นการเกิดขึ้นของสังขาร อันจักมีต่อไปในเบื้องหน้าเพราะความพร้อมแห่งเหตุปัจจัย ซึ่งแต่เดิมไม่เคยรู้เห็นมาก่อน ไม่เพียงในฐานะเป็นดังสิ่งที่ซุกซ่อนอยู่ภายใต้เครื่องปกคลุมบางอย่าง และตนเองมองเข้าไปจากภายนอกเท่านั้น แต่เป็นเหมือนการจุดไม้ขีดไฟในห้องมืด ทำให้เกิดแสงสว่างซึ่งแต่เดิมไม่มี ให้เกิดมีขึ้นมานั่นเทียว ความเกิดขึ้นใหม่แห่งสังขารทั้งหลาย ชื่อว่า *อุทยะ* ครั้นแตกดับไป สังขารเหล่านั้นย่อมหลบซ่อนอยู่ในที่แห่งใดแห่งหนึ่งไม่ แต่ย่อมแตกดับสูญสลายไปในที่เกิดขึ้นนั้นนั่นเอง เหมือนดังก้านไม้ขีดไฟเมื่อดับไป แสงสว่างย่อมอันตรธานไปในที่นั้นเลยทีเดียว ไม่มีสิ่งใดหลงเหลือเอาไว้ การดับสิ้นไปของสังขารนั้นแหละ ชื่อว่า *วยะ*

เมื่อได้ใช้ปัญญาพิจารณาความเกิดดับอย่างย่นย่ออยู่ดังนี้ จนมีความเข้าใจในสภาวธรรมนั้นเป็นอย่างดีแล้ว โยคาวจรย่อมเห็นความเกิดดับทั้งในฐานะปัจจัย และในฐานะ “ขณะ” แห่งการเกิดดับนั้นเอง พระบูรพาจารย์ทั้งหลายมักแสดงวิธีพิจารณาความเกิดดับโดยนัยแห่งเบญจขันธ์ เพราะฉะนั้น แม้ในที่นี้ก็จะพรรณนาความเกิดดับโดยนัยแห่งเบญจขันธ์เช่นกัน ดังขันธ์ทั้ง ๕ นั้น เมื่อแบ่งโดยประเภทแห่งนามและรูปแล้ว รูปธรรมย่อมได้แก่รูปขันธ์เพียงหนึ่งเดียว ส่วนขันธ์นอกนั้นทั้ง ๔ คือ เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ล้วนเป็นนามธรรม รวมทั้งหมดแล้วย่อมเป็นขันธ์ ๕ (ผู้เขียนได้อธิบายเกี่ยวกับขันธ์ ๕ เอาไว้อย่างละเอียดพอสมควรแล้ว ในหนังสือเรื่อง *อริยสัจ ๔**)

ความเกิดขึ้นแห่งเบญจขันธ์

กรรมอย่างใดอย่างหนึ่งที่บุคคลกระทำไว้ในอดีตชาติ ครั้นถึงความพร้อมแห่งวิบาก ย่อมส่งผลให้ไปบังเกิดในภพชาติใหม่อีกต่อไป แม้การเกิดขึ้นของสัตว์จะเป็นไปด้วยอำนาจแห่งกรรม แต่กรรมจะอำนวยผลเช่นนั้นได้ ก็ด้วยอำนาจของ “แรงส่ง” จากภวตัณหานั่นเอง แต่ในกรณีของพระอรหันต์ เนื่องเพราะท่านไม่มีภวตัณหาอันเป็นปัจจัยเกื้อกูลต่อการเกิดใหม่ในภพชาติต่อไป เปรียบเหมือนเมล็ดพืชพันธุ์ของต้นไม้ เมื่อไม่ได้น้ำรดย่อมเหี่ยวแห้งไป กรรม

....

*แปลเป็นไทยโดย ดร. สุนทร พลามินทร์ และพิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทานในปีพ.ศ. ๒๕๕๔

ของพระอรหันต์ย่อมไม่เข้าสู่ความเป็นวิบากให้เกิดใหม่ แต่ย่อมถึงความสิ้นสุดไปเลยทีเดียว

ภวตัณหา ได้แก่ ความอยากเพื่อการดำรงอยู่ในโลกนี้ในฐานะเป็นบุคคลใดบุคคลหนึ่ง ข้อนี้หมายถึง ความอยากดำรงรักษาเบญจขันธ์ให้เป็นไปอยู่เรื่อยๆ นั่นเอง เมื่อสัตว์ที่มีความอยากเช่นนี้อยู่ถึงแก่ชีวิตลง ขบวนการทางวิญญาณ (วิถีจิต) ย่อมไม่แตกดับขาดตอนไปด้วย แต่จะเกิดสืบเนื่องต่อไปในเบื้องหน้าอย่างแน่นอน อาศัยเหตุนั้น กรรมย่อมได้โอกาสเข้าสู่ความเป็นวิบาก (ผล) และก่อเกิดปฏิสนธิในภพชาติต่อไป ตัณหาและกรรมทั้ง ๒ อย่างนั้น ถ้าขาดการเกื้อกูลจากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งแล้ว ย่อมไม่อาจนำไปสู่การเกิดใหม่เป็นอันขาด จึงกล่าวได้ว่า สภาวธรรมทั้ง ๒ อย่างนั้นแหละ เป็นเหตุปัจจัยให้บังเกิดในภพชาติใหม่

ไม่ต้องสงสัยเลยว่า โยคาวจรผู้เพียรเจริญภาวนาในไตรลักษณ์ตราบจนบัดนี้ ย่อมประจักษ์ใจเป็นอย่างดีแล้วว่า เบญจขันธ์เป็นสภาวะน่าสะพรึงกลัวและเต็มไปด้วยทุกข์โทษมากมายปานใด ถ้าแม้นว่าได้เห็นทุกข์โทษ และบังเกิดความสะดุ้งกลัวในเบญจขันธ์เสียแล้ว ความหลงอาลัยในเบญจขันธ์ย่อมไม่อาจเกิดมีขึ้นได้ เพราะความหลงยึดติดย่อมเกิดขึ้นจากอวิชชา ซึ่งปิดบังทุกข์โทษของเบญจขันธ์เอาไว้ และหลอกลวงสัตว์ให้หลงใหลได้ปลื้มว่า นั่นเป็นสิ่งที่เที่ยงแท้และสวยงาม ถ้าหากไม่มีอวิชชาเสียแล้ว ตัณหาย่อมไม่อาจเกิดขึ้นได้ตามลำพังโดยเด็ดขาด มีตัณหาเกิดขึ้นเมื่อใด ย่อมต้องมีอวิชชาผูกพันอยู่ด้วยอย่างแน่นอน เหตุนั้น อวิชชาจึงเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดภพชาติใหม่ด้วยเช่นกัน

เนื่องเพราะเหตุอันเป็นส่วนอดีตกล่าวคืออวิชชา ตัณหา และกรรม จึงเกิดมีปัจจุบันชาติขึ้น ทำให้เป็นภพชาติในบัดนี้ได้ อวิชชา ตัณหา และกรรมเป็นสภาวะสร้างภพชาติ และนำภพชาติมาให้ รูปทั้งหลายเป็นสภาวธรรมส่วนหนึ่งของภพชาติที่เกิดขึ้นมา ซึ่งก่อเกิดจากอวิชชา ตัณหา และกรรม ตราบใดอวิชชายังเป็นไปอยู่ ตราบใดตัณหายังเป็นไปอยู่ ตราบใดกรรมยังเป็นไปอยู่ในขันธสันดานของสัตว์ ซึ่งเกิดใหม่ซ้ำแล้วซ้ำเล่าอย่างไม่มีที่สิ้นสุด รูปทั้งหลายย่อมเกิดซ้ำแล้วซ้ำเล่า จากภพหนึ่งสู่อีกภพหนึ่งอย่างไม่มีที่สิ้นสุดเช่นกัน รูป

กายซึ่งเกิดขึ้นจากเหตุก่อเกิดภพทั้ง ๓ ในอดีตกาล กล่าวคือ อวิชชา ตัณหา และกรรม จำต้องอาศัยอาหารเป็นส่วนประกอบสำคัญเพื่อการเจริญเติบโตยิ่งๆ ขึ้นไป และสามารถดำรงอยู่ตลอดภพชาตินั้นๆได้ ถ้าไม่ได้รับอาหาร ขบวนการสืบต่อของรูปอาจขาดตอนไปในชั่วเวลาไม่นานนัก การที่รูปเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องได้นั้น ย่อมเป็นเพราะการเกื้อกูลจากอาหาร ดังนั้น อาหารจึงเป็นเหตุปัจจัยประการหนึ่งซึ่งทำให้เกิดรูป

เมื่อรวมอาหารเข้ากับเหตุปัจจัยในอดีตทั้ง ๓ ซึ่งก่อเกิดภพชาติ ดังกล่าวมาแล้วข้างต้น จึงมีเหตุปัจจัยให้เกิดรูป ๔ ประเภทด้วยกัน ในเวลากำหนดพิจารณาการเกิดขึ้นของรูปตามเหตุปัจจัยทั้ง ๔ พึงกำหนดแต่เพียงว่า "ก่อนที่รูปทั้งหลายเหล่านี้จักเกิดขึ้น ย่อมตั้งอยู่ก่อนในที่อื่นใดหามิได้ ทั้งมิได้มาจากที่อื่นใดสู่ที่ใดด้วย แต่ย่อมเกิดขึ้น ณ ที่นั้นๆนั่นแหละ" ดังนี้ โดยไม่ต้องตามกำหนดถึงเหตุปัจจัยเหล่านั้น นอกจากเพ่งพิจารณาเพียงการเกิดขึ้นของรูปเท่านั้น

อุทยานุปัสสนา (การตามดูความเกิด) ที่เกี่ยวข้องกับรูปขันธ์มีอยู่ ๕ ประการ คือ ตามดูโดยนัยแห่งเหตุปัจจัย ๔ และตามดูเพียงลักษณะแห่งการเกิดขึ้นอีก ๑ เมื่อได้ตามพิจารณาความเกิดขึ้นของรูปโดยอาการทั้ง ๕ ดังกล่าวนี้แล้ว ควรกำหนดความดับไปแห่งรูปทั้งหลายโดยอาการ ๔ ด้วยอำนาจแห่งการดับไปของเหตุปัจจัย (เมื่อเหตุดับ รูปย่อมดับด้วย) เป็นต้นว่า "เนื่องเพราะถูกละทำลาย ครั้นเมื่ออวิชชาดับลงแล้ว เมื่อตัณหาดับลงแล้ว และเมื่อกรรมหมดสิ้นลงแล้ว รูปทั้งหลายย่อมตั้งอยู่ไม่ได้ ย่อมแตกดับไปเช่นเดียวกัน" ดังนี้ โยคาวจรพึงตามพิจารณาเพียงอาการแตกดับของรูปเท่านั้น ไม่ต้องตามพิจารณาเหตุแห่งความแตกดับนั้น เป็นต้นว่า "รูปทั้งหลายเหล่านี้ซึ่งเกิดขึ้นแล้ว ย่อมแตกดับลง ณ ที่เกิดแล้วๆนั่นเอง จะหลีกไปยังที่อื่นใดหรือหลบซ่อนอยู่ในที่อื่นใดหามิได้ แต่ย่อมอันตรธานไปในที่นั้นนั่นเทียว" ดังนี้ วยานุปัสสนา (การตามดูความดับ) ที่เกี่ยวข้องกับรูปขันธ์มีอยู่ ๕ ประการเช่นเดียวกัน คือ ตามดูเหตุแห่งความดับ ๔ และตามดูเพียงลักษณะแห่งความดับอีก ๑ ฉะนั้น การตามพิจารณาในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับรูปขันธ์จึงมี ๑๐ นัยด้วยกัน คือ อุทยานุปัสสนา ๕ และวยานุปัสสนา ๕

ขอจงทำความเข้าใจให้จงดีในเนื้อหาเกี่ยวกับรูปขันธ์ตามที่ได้อธิบายมานี้ พึงมนสิการพิจารณารูปขันธ์อยู่เนืองๆ และเจริญภาวนาในสภาวะแห่งการเกิดและแตกดับทั้ง ๒ โดยอาการ ๑๐ นัย ตามแนวทางที่จะได้ให้ไว้ ดังต่อไปนี้

บทกำหนดภาวนา (๑)

เพราะความมีอยู่แห่งอวิชชาอย่างเต็มอัตรา รูปทั้งหลายจึงเกิดมีขึ้น เพราะความมีอยู่แห่งตัณหาอย่างเต็มอัตรา รูปทั้งหลายจึงเกิดมีขึ้น และเพราะกรรมยังมีอยู่ รูปทั้งหลายจึงเกิดมีขึ้น เพราะได้รับความเกื้อกูลจากอาหาร รูปทั้งหลายจึงเกิดมีขึ้น รูปทั้งหลายย่อมตั้งอยู่ในกาลก่อนหามิได้ แต่ย่อมเกิดขึ้นใหม่เลยทีเดียว เพราะความที่อวิชชาถูกละทำลายลง รูปทั้งหลายจึงดับด้วยนิโรธ (ดับสนิท) เพราะความที่ตัณหาถูกละทำลายลง รูปทั้งหลายจึงดับด้วยนิโรธ เพราะกรรมหมดสิ้นลง รูปทั้งหลายจึงดับด้วยนิโรธ เพราะอาหารหมดสิ้นลง รูปทั้งหลายจึงดับด้วยนิโรธ นี้คือสภาวะแตกดับไปอย่างสิ้นเชิงของรูปทั้งหลาย โดยไม่มีส่วนเหลือใดๆเลย

ความดับไปของรูปเพราะความที่เหตุดับไปตามที่กล่าวถึงในที่นี้ เป็นอนุปปันนนิโรธะ หมายถึง ความดับไปโดยไม่เกิดขึ้นอีกของรูปแม้ยังไม่เกิดขึ้นซึ่งก่อนหน้านั้นยังอาจเกิดมีขึ้นได้อยู่ เพราะรูปที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมไม่ต้องอิงอาศัยเหตุอื่นใดเพื่อความแตกดับ ด้วยว่าความแตกดับเป็นสภาวะธรรมดาสำหรับรูปที่เกิดขึ้นแล้วนั่นเอง ในท้ายที่สุดแล้ว นิโรธะหรือความแตกดับโดยไม่ต้องอิงอาศัยเหตุ ย่อมเป็นลักษณะที่สาธารณะสำหรับขณิกนิโรธะ สันตตินิโรธะ และอนุปปันนนิโรธะ ทั้ง ๓ ประการนั้นเลยทีเดียว

เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ เป็นขันธ์อีก ๔ ส่วน ซึ่งเกิดมีขึ้นได้ในภพชาติเนื่องเพราะอวิชชา ตัณหา และกรรมเช่นเดียวกัน ดังนั้น อวิชชา ตัณหา และกรรม จึงเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดเวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณด้วย แม้อาหารจะเป็น “เหตุไกล” สำหรับเวทนาเป็นต้น แต่ไม่ถือว่าเป็นเหตุให้เกิดขันธ์ทั้งหลายมีเวทนาเป็นอาทิแต่อย่างใด สำหรับขันธ์ทั้ง ๓ คือ เวทนา

สัญญา และสังขาร ย่อมมี "ผัสสะ" เป็นเหตุปัจจัยที่ใกล้ชิดเป็นพิเศษ เมื่อรวมผัสสะเข้ากับอวิชชา ตัณหา และกรรมทั้ง ๓ นี้เข้าด้วยกันแล้ว ขันธ์ทั้ง ๓ (รวมเวทนา) แต่ละประเภทจึงมีเหตุปัจจัย ๔ อย่างเหมือนกัน อันได้แก่ อวิชชา ตัณหา กรรม และผัสสะ

แม้ผัสสะจะเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดวิญญาณ แต่ในที่นี้ไม่นับผัสสะว่าเป็นเหตุของวิญญาณ ด้วยว่าผัสสะเป็นเจตสิกธรรมซึ่งเกิดมีขึ้นได้ เพราะอาศัยการกระทบกันระหว่างอารมณ์ทางทวารทั้งหลายกับวิญญาณ แต่ถ้าไม่มีผัสสะวิญญาณย่อมไม่อาจเกิดขึ้นได้ ผัสสะจึงเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดวิญญาณด้วย พูดได้ว่า วิญญาณเป็นเหตุให้เกิดผัสสะ และผัสสะเป็นเหตุให้เกิดวิญญาณ แต่ความที่วิญญาณเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดผัสสะ ย่อมปรากฏเด่นชัด สามารถเข้าใจได้ง่ายกว่าผัสสะเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดวิญญาณ อาศัยเหตุนั้นนั่นเอง พระบูรพาจารย์ทั้งหลายเมื่อกล่าวถึงอุทยัพพยญาณ จึงไม่ยกผัสสะไว้ในฐานะเป็นเหตุให้เกิดวิญญาณ แต่ย่อมแสดงนามรูปไว้ว่า เป็นเหตุปัจจัยพิเศษของวิญญาณเลยทีเดียว

บทพระบาลีว่า *วิญฺญาณปจฺจยา นามรูปํ* ในคำสอนเรื่องปฏิจจสมุปบาท หมายถึงสภาวะที่วิญญาณเป็นปัจจัยให้เกิดนามรูป ดังนั้น คำกล่าวที่ว่า นามรูปเป็นเหตุปัจจัยพิเศษสำหรับวิญญาณ อาจทำให้โยคาวจรเกิดความสับสนได้ ข้อนี้ไม่ควรเป็นเหตุขัดข้องใจแต่อย่างใด เพราะนั่นเป็นวิธีแสดงความเป็นเหตุผลอีกแนวทางหนึ่งซึ่งแตกต่างกันออกไป ดังการแสดงความเป็นเหตุปัจจัยของกันและกัน อันปรากฏอยู่ในคัมภีร์มหาปทานและมหานิทานแห่งพระสูตร หรือแม้ในคัมภีร์พระอภิธรรม ก็ยังมีบทพระบาลีว่า *นามรูปปจฺจยา วิญฺญาณํ* ให้เห็นอยู่ ซึ่งหมายถึงอาการที่นามรูปเป็นปัจจัยให้เกิดวิญญาณนั่นเอง

การที่ปฏิจจสมุปบาทกล่าวว่า วิญญาณเป็นปัจจัยให้เกิดนามรูปนั้น เป็นการแสดงวิญญาณในฐานะเป็นเหตุเกิด *(ชนกเหตุ)* แต่ในกรณีของอุทยัพพยญาณที่กล่าวว่า นามรูปเป็นปัจจัยให้เกิดวิญญาณนั้น เป็นการแสดงนามรูปในฐานะเป็นเหตุสืบเนื่อง *(ปวัตติเหตุ)* วิญญาณดวงแรกซึ่งเกิดขึ้นในภพชาตินี้เพราะอาศัยเหตุทั้งหลายในอดีตมีอวิชชาเป็นอาทิ ย่อมเกิดดับสืบเนื่องกันไปอย่างไม่ขาดสายตลอดภพชาติ โดยฐานะแห่งความเป็นกุศลและอกุศลเป็นต้น เนื่อง

เพราะนามรูป ดังนั้น นามรูปจึงเป็นปวัตติเหตุให้แก่วิญญาณ แต่ขบวนการเกิดดับต่อเนื่องของเวทนา สัญญา และสังขาร ตลอดภพชาตินี้ ย่อมดำเนินไปได้เพราะผัสสะ เพราะเหตุนั้นพึงทราบว่า ผัสสะเป็นปวัตติเหตุของขันธ์ทั้ง ๓ มีเวทนาขันธ์เป็นต้นเหล่านั้น

ควรตามพิจารณาความเกิดขึ้นแห่งขันธ์มีเวทนาเป็นต้นโดยอาการทั้ง ๕ ในแต่ละส่วน คือ ด้วยอำนาจแห่งเหตุทั้งหลาย ๔ ประการ และในฐานะเป็นสักแต่ลักษณะแห่งการเกิดอีก ๑ ดุจเดียวกับในกรณีของรูปขันธ์ แม้ในเรื่องของความดับก็เช่นเดียวกัน พึงตามพิจารณาความดับไปแห่งขันธ์มีเวทนาเป็นต้นโดยอาการทั้ง ๕ ในแต่ละส่วน คือ ทั้งด้วยอำนาจแห่งเหตุทั้งหลาย ๔ ประการ และทั้งในฐานะเป็นเพียงลักษณะแห่งการดับไปอีก ๑ ดุจเดียวกับในกรณีของการดับไปแห่งรูปขันธ์ เมื่อตามพิจารณาอยู่อย่างนั้น ย่อมเกิดอนุปัสสนาในแต่ละส่วน คือ “การตามเห็น” ๑๐ ประการ ในขันธ์ทั้งหลายมีเวทนาขันธ์เป็นอาทิ ดุจเดียวกับการพิจารณารูปขันธ์นั้นแล ดังนั้น อนุปัสสนาอันเกี่ยวเนื่องด้วยเบญจขันธ์จึงมีทั้งหมด ๕๐ ด้วยประการฉะนี้ พึงกำหนดพิจารณาทั้งความเกิดและความดับโดยอาการทั้ง ๕๐ นั้น อันเกี่ยวเนื่องด้วยเบญจขันธ์ และทำความเข้าใจให้ชัดเจนเกี่ยวกับขันธ์อันเป็นนามธรรมทั้ง ๔ ดังเนื้อความที่ได้อธิบายมาแล้ว จากนั้น พึงเจริญภาวนาโดยกำหนดความเกิดดับแห่งขันธ์ ๔ อันเป็นนามธรรม ตามแนวทางซึ่งจะได้ให้ไว้ ดังต่อไปนี้

บทกำหนดภาวนา (๒)

เพราะความมีอยู่แห่งอวิชชาอย่างเต็มอัตรา เวทนาทั้งหลายจึงเกิดมีขึ้น เพราะความมีอยู่แห่งตัณหาอย่างเต็มอัตรา เวทนาทั้งหลายจึงเกิดมีขึ้น และเพราะกรรมยังมีอยู่ เวทนาทั้งหลายจึงเกิดมีขึ้น เพราะมีผัสสะอยู่ เวทนาทั้งหลายจึงเกิดมีขึ้น เวทนาทั้งหลายย่อมตั้งอยู่ในกาลก่อนหามิได้ แต่ย่อมเกิดขึ้นใหม่เลยทีเดียว เพราะความที่อวิชชาถูกละทำลายลง เวทนาทั้งหลายจึงดับด้วยนิโรธ (ดับสนิท) เพราะ

ความที่ตัณหาถูกละทำลายลง เวทนาทั้งหลายจึงดับด้วยนิโรธ เพราะกรรมหมดสิ้นลง เวทนาทั้งหลายจึงดับด้วยนิโรธ เพราะผัสสะหมดสิ้นลง เวทนาทั้งหลายจึงดับด้วยนิโรธ นี้คือสภาวะแตกดับไปอย่างสิ้นเชิงของเวทนาทั้งหลาย โดยไม่มีส่วนเหลือใดๆเลย

การเจริญภาวนาเกี่ยวกับขันธ์อีก ๒ คือ สัญญาและสังขาร ก็เหมือนกันกับการเจริญภาวนาเกี่ยวกับเวทนาขันธ์ ต่างกันแต่เพียงเปลี่ยนบางคำในบทกำหนดเป็น สัญญาทั้งหลายจึงเกิดมีขึ้น สัญญาทั้งหลายจึงดับด้วยนิโรธ และสังขารทั้งหลายจึงเกิดมีขึ้น สังขารทั้งหลายจึงดับด้วยนิโรธ ดังนี้ ตามความเหมาะสมเท่านั้น จึงขอให้เปลี่ยนถ้อยคำเหล่านั้น แล้วจึงเจริญภาวนาเกี่ยวกับขันธ์ทั้ง ๒ ต่อไป ส่วนข้อความสำหรับเจริญภาวนาเกี่ยวกับวิญญาณขันธ์ มีดังต่อไปนี้

บทกำหนดภาวนา (๓)

เพราะความมีอยู่แห่งอวิชชาอย่างเต็มอัตรา วิญญาณทั้งหลายจึงเกิดมีขึ้น เพราะความมีอยู่แห่งตัณหาอย่างเต็มอัตรา วิญญาณทั้งหลายจึงเกิดมีขึ้น และเพราะกรรมยังมีอยู่ วิญญาณทั้งหลายจึงเกิดมีขึ้น เพราะมีนามรูปอยู่ วิญญาณทั้งหลายจึงเกิดมีขึ้น วิญญาณทั้งหลายย่อมตั้งอยู่ในกาลก่อนหามิได้ แต่ย่อมเกิดขึ้นใหม่เลยทีเดียว เพราะความที่อวิชชาถูกละทำลายลง วิญญาณทั้งหลายจึงดับด้วยนิโรธ (ดับสนิท) เพราะความที่ตัณหาถูกละทำลายลง วิญญาณทั้งหลายจึงดับด้วยนิโรธ เพราะกรรมหมดสิ้นลง วิญญาณทั้งหลายจึงดับด้วยนิโรธ เพราะนามรูปหมดสิ้นลง วิญญาณทั้งหลายจึงดับด้วยนิโรธ นี้ คือสภาวะแตกดับไปอย่างสิ้นเชิงของวิญญาณทั้งหลาย โดยไม่มีส่วนเหลือใดๆ เลย

ครั้นหมั่นเพียรปฏิบัติไปได้ระยะหนึ่ง ด้วยการตามพิจารณาความเกิดดับแห่งสังขารอย่างพิสดารโดยอาการ ๕๐ ทั้งในฐานะเป็นเหตุปัจจัยและในฐานะเป็นเพียงลักษณะแห่งการเกิดดับ ดังที่ได้อธิบายมาแล้วนี้ อุทยัพพยญาณอัน

คมกล้าย่อมเกิดขึ้นแก่โยคาวจร ทำให้สามารถมองเห็นปฏิจจสมุปบาทและอริยสัจธรรมได้โดยง่าย จึงควรตามพิจารณาปฏิจจสมุปบาทอยู่เนืองๆ ทั้งโดยนัยอนุโลมและปฏิโลม นอกจากนั้น ยังควรตามพิจารณาอริยสัจธรรมอยู่เนืองๆเช่นกัน การกำหนดพิจารณาปฏิจจสมุปบาทและอริยสัจธรรมนั้นแหละ ย่อมเป็นการเจริญภาวนาอยู่ในตัวเอง ได้แสดงวิธีกำหนดปฏิจจสมุปบาทในสายอนุโลมไว้อย่างละเอียดแล้ว ในการอธิบายเรื่องกังขาวิตรณวิสุทธิ ส่วนการกำหนดปฏิจจสมุปบาทในสายปฏิโลมมีแนวทางปฏิบัติ ดังต่อไปนี้

ปฏิจจสมุปบาทโดยปฏิโลมนัย

เพราะความดับไปโดยไม่มีส่วนเหลือแห่งอวิชชา สังขารทั้งหลายจึงดับ
เพราะความดับไปโดยไม่มีส่วนเหลือแห่งสังขารทั้งหลาย วิญญาณจึงดับ
เพราะวิญญาณดับ นามรูปจึงดับ
เพราะนามรูปดับ อายตนะ ๖ จึงดับ
เพราะอายตนะ ๖ ดับ ผัสสะจึงดับ
เพราะผัสสะดับ เวทนาจึงดับ
เพราะเวทนาดับ ตัณหาจึงดับ
เพราะตัณหาดับ อุปาทานจึงดับ
เพราะอุปาทานดับ ภพจึงดับ
เพราะภพดับ ชาติ (การเกิด) จึงดับ
เพราะชาติดับ ความเศร้าโศก ปริเทวนาการ ความทุกข์ โทมนัส และอุปายาสจึงดับ

นี้คือปฏิจจสมุปบาทโดยปฏิโลมนัย ควรกำหนดพิจารณาอนุโลมนัยตามที่ได้อธิบายมาก่อนหน้านี้ ควบคู่ไปกับปฏิโลมนัย เมื่อเจริญภาวนาอยู่อย่างนี้ ย่อมหยั่งรู้การเกิดขึ้นแห่งสังขารโดยอาศัยเหตุปัจจัย สมุทัยสัจจึงปรากฏเด่นชัดขึ้น ทั้งย่อมหยั่งเห็นการเกิดขึ้นว่า นั้นเป็นสภาวะเพียงชั่วขณะด้วย ทุกขสัจจึงปรากฏเด่นชัดขึ้น ความหยั่งรู้อาการแตกดับในเพราะปัจจัย ย่อมทำให้เกิดความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้งว่า สังขารย่อมดับไป เพราะความดับไปแห่งเหตุ

ปัจจัย เมื่อเห็นความแตกดับไปในแต่ละขณะ ย่อมเข้าใจทุกข์อันเกิดจากความตาย ทุกขสัจจึงปรากฏเด่นชัดขึ้น ความเข้าใจในเรื่องความเกิดดับว่า เป็นหนทางแห่งพระนิพพานเช่นนี้ ย่อมทำให้มรรคสัจปรากฏเด่นชัดขึ้น

ยิ่งไปกว่านั้น เมื่อโยคาวจรเห็นประจักษ์แจ้งถึงอาการที่ผลย่อมเกิดมีขึ้นได้เพราะเหตุปัจจัย ปฏิจจสมุปบาทโดยอนุโลมนัยย่อมปรากฏเด่นชัดขึ้น ครั้นเห็นความดับเพราะเหตุปัจจัย เขาย่อมหยั่งรู้ถึงอาการที่ผลย่อมแตกดับไป เพราะความแตกดับไปแห่งเหตุปัจจัย เมื่อเป็นเช่นนี้ ปฏิจจสมุปบาทโดยปฏิโลมนัยย่อมปรากฏเด่นชัดขึ้น เมื่อความเข้าใจเกิดมีขึ้นในความเกิดดับแต่ละขณะ และเห็นสังขารทั้งหลายในฐานะเป็นสภาวะซึ่งเกิดขึ้นเพราะอาศัยเหตุปัจจัย ความเป็นเหตุปัจจัยซึ่งกันและกันของสรรพสิ่งย่อมปรากฏเด่นชัดขึ้น ดังนี้

อนึ่ง การหยั่งรู้ความเกิดดับเพราะเหตุปัจจัยดับ และความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้งว่า ความสัมพันธ์แห่งเหตุและผลย่อมทำให้สังสารวัฏของสัตว์ทั้งหลายเป็นไปต่อเนื่องอย่างไม่ขาดสาย ความเข้าใจเช่นนี้ย่อมบรรเทาความเห็นว่าขาดสูญ (อุจเฉททิฏฐิ) ให้เบาบางลงไปได้ ความหยั่งรู้การเกิดดับในแต่ละขณะ และความหยั่งเห็นว่า สังขารทั้งหลายย่อมเกิดขึ้นใหม่อย่างต่อเนื่องอยู่ร่ำไป ย่อมทำให้เข้าใจได้ว่า อัตตา (ตัวตน) ซึ่งดำรงอยู่เป็นเวลายาวนานหรือตลอดกาลนั้นแท้จริงหามีอยู่ไม่ เช่นนี้ย่อมบรรเทาความเห็นว่าเที่ยง (สัสสตทิฏฐิ) ให้เบาบางลงไปได้ การเห็นความเกิดดับด้วยอำนาจแห่งเหตุปัจจัย ย่อมทำให้เกิดความเข้าใจกระจ่างชัดว่า นอกจากต้องอิงอาศัยเหตุปัจจัยอื่นเกิดขึ้นแล้ว สังขารทั้งหลายย่อมไม่อาจเกิดขึ้นได้ตามลำพังด้วยตนเองเลย นี้ย่อมบรรเทาความเห็นว่ามีตัวตนให้เบาบางลงไปได้ การเห็นความเกิดดับด้วยอำนาจแห่งเหตุปัจจัยและเข้าใจในอาการที่ผลย่อมเกิดแต่เหตุก็ดี หรือเป็นไปตามเหตุนั้นนั่นเองก็ดีย่อมบรรเทาอกิริยทิฏฐิให้เบาบางลงได้

อีกประการหนึ่ง การหยั่งรู้ความเกิดดับด้วยอำนาจแห่งเหตุปัจจัย ย่อมทำให้มีความเข้าใจอย่างชัดเจนว่า สังขารทั้งหลายจะมีความพยายามเพื่อเกิดขึ้นเองหามิได้ แต่ย่อมเกิดขึ้นได้เพราะอาศัยเหตุปัจจัยเท่านั้น เมื่อเป็นเช่นนี้ ลักษณะแห่งความเป็นอนัตตาย่อมปรากฏเด่นชัดขึ้น เหตุเพราะเห็นแจ้งความเกิดดับใน

แต่ละขณะ ย่อมทำให้เข้าใจอย่างชัดเจนว่า สังขารทั้งหลายมีความเกิดขึ้นและดับไปเป็นธรรมดา ก่อนที่จะเกิดขึ้น ก็มิได้มีอยู่แล้วแต่อย่างใด หลังจากแตกดับไปแล้ว ย่อมอันตรธานหายไป เมื่อเป็นเช่นนี้ ลักษณะแห่งความไม่เที่ยงย่อมปรากฏเด่นชัดขึ้น เพราะเข้าใจว่าทั้งความเกิดและความดับทั้ง ๒ อย่างนั้น ล้วนเป็นสภาวะเบียดเบียนให้เร่าร้อน เมื่อเป็นเช่นนี้ ลักษณะแห่งความทุกข์ย่อมปรากฏเด่นชัดขึ้น เพราะหยั่งรู้ว่าการเกิดดับทั้ง ๒ เป็นสภาวะที่เป็นไปอย่างแน่นอน เมื่อเป็นเช่นนี้ ลักษณะคือสภาวะแห่งความยากลำบากเป็นอาทิย่อมปรากฏเด่นชัดขึ้น เพราะอาศัยความเข้าใจว่า ธรรมชาติแห่งความดับย่อมมิใช่ธรรมชาติแห่งความเกิด ทั้งธรรมชาติแห่งความเกิดย่อมมิใช่ธรรมชาติแห่งความดับ เมื่อเป็นเช่นนี้ ความเป็นสภาวะไม่ถาวรคงทนย่อมปรากฏเด่นชัดขึ้น

โยคาวจรผู้ประจักษ์แจ้งด้วยดีในอริยสัจธรรม ปฏิจจสมุปบาท และสภาวะไตรลักษณ์แห่งสังขารทั้งหลายด้วยอาการอย่างนี้ ย่อมหยั่งรู้ว่า สังขารเหล่านั้นแม้มิได้มีอยู่ก่อน ย่อมเกิดมีขึ้น ครั้นเกิดขึ้นแล้ว ไม่อาจดำรงอยู่ได้ แต่ย่อมแตกดับและเกิดขึ้นใหม่อยู่ร่ำไป ใช่เพียงเท่านั้นไม่ สังขารเหล่านั้นย่อมเป็นเหมือนหยาดน้ำค้างที่เหือดแห้งหายไปในเวลาอาทิตย์อุทัย เหมือนฟองน้ำที่แตกหายไปแม้ในขณะกำลังเกิดขึ้นนั่นเอง เหมือนรอยขีดในน้ำที่เลือนหายไปก่อนยกมือขึ้นจากน้ำเสียด้วยซ้ำ เหมือนเมล็ดมัสตาร์ดซึ่งตั้งอยู่บนปลายเข็ม หรือเหมือนสายฟ้าแลบที่พลันดับหายไป อนึ่ง เขาย่อมเข้าใจว่า สังขารเป็นสภาวะหาแก่นสารใดๆมิได้ เป็นเหมือนพยับแดด ความฝัน แผ่นฝ้าบนพื้นผิวน้ำ ต้นกล้วย หรือภาพมายาการ (ภาพยนตร์) นั้นแล

ณ บัดนี้ โยคาวจรย่อมหยั่งรู้เกี่ยวกับความเกิดดับในขันธ์ทั้งหลาย โดยความเป็นจริงตามลักษณะ ๕๐ ประการ บรรลุถึงซึ่งวิปัสสนาญาณอย่างอ่อนๆ (ตรุณวิปัสสนา) อันมีชื่อเรียกว่า อุทยัพพยญาณ นั้นแล แม้การกำหนดภาวนาอันเป็นไปตามนัยแห่งการพิจารณารูปกลาป เป็นอาทิ จะถูกเรียกว่าเป็นวิปัสสนาก็ตาม นั่นหาใช่วิปัสสนาที่แท้จริงไม่ เหตุนั้น นับแต่โยคาวจรเจริญอุทยัพพยญาณให้เกิดมีขึ้นได้แล้วเป็นต้นไปนั่นแหละ จึงชื่อว่า เป็นผู้บรรลุวิปัสสนา ได้หยั่งลงสู่กระแสแห่งวิปัสสนา และนับเนื่องอยู่ในสมาคมของผู้ทรงวิปัสสนาอย่างแท้จริงแล้ว

วิปัสสนูปกิเลส

โยคาวจรผู้บรรลุ *ตรุณวิปัสสนาญาณ* กล่าวคือ อุทยัพพยญาณ ควรกำหนดพิจารณาความเกิดและความดับทั้ง ๒ ประการ ของสังขารทั้งหลายซ้ำแล้วซ้ำอีก เพื่อบำรุงหน่ออ่อนแห่งวิปัสสนาญาณให้เติบโตกล้าแข็งยิ่งขึ้น ในระหว่างที่อุทพยัพพยญาณเจริญแก่กล้าขึ้น วิปัสสนูปกิเลสทั้งหลายมีโอภาสเป็นต้น ย่อมเกิดขึ้นแก่โยคาวจรนั้น วิปัสสนูปกิเลสนี้แหละเป็นเครื่องชี้วัดให้รู้ว่า การปฏิบัติวิปัสสนาของตนมีความเจริญก้าวหน้าขึ้นแล้วหรือไม่ ด้วยว่าวิปัสสนูปกิเลสย่อมไม่เกิดขึ้นแก่พระอริยบุคคลผู้ดำรงอยู่ในมรรคผลแล้ว ทั้งไม่เกิดขึ้นแก่นักปฏิบัติที่เดินหลงทางในการปฏิบัติ หรือโยคาวจรผู้เกียจคร้านในการเจริญภาวนาด้วย ถ้าแม้นว่าเป็นโยคาวจรผู้เพียรเพ่งในการปฏิบัติตามแนวทางที่ถูกต้องแล้ว เป็นอันต้องได้ประสบกับวิปัสสนูปกิเลสอย่างแน่นอน

โอภาโส ปีติ ปสฺสทฺธิ อธิโมกฺโข จ ปคฺคโห
สุขํ ญาณมุปฏฺฐานํ อุเปกฺขา จ นิกนฺติ จ

บทคาถานี้แสดงถึงวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการ กล่าวคือ โอภาส ปีติ ปัสสัทธิ อธิโมกข์ ปัคคหะ สุข ญาณ อุปัฏฐาน อุเปกขา นิกันติ

โอภาส ได้แก่แสงสว่างอันละเอียดอ่อนอย่างหนึ่ง ซึ่งเกิดขึ้นจากวิปัสสนาจิตนั้นแหละ เมื่อแสงสว่างบังเกิดขึ้น โยคาวจรบางคนซึ่งไม่เคยพบเห็นแสงสว่างเช่นนั้นมาก่อน อาจหลงเข้าใจไปว่า ตนเองได้บรรลุมรรคผลแล้ว ที่เรียกประสบการณ์นั้นว่า อุปกิเลส ก็เป็นเพราะเหตุนี้นั่นเอง โยคาวจรผู้หลงใหลอยู่ในโอภาส ย่อมถือเอาโอภาสนั้นในฐานะเป็นมรรคผล หรืออาศัยแสงสว่างนั้นแหละ ย่อมถือเอาวิปัสสนาจิตว่าเป็นมรรคผล หรือเข้าใจผิดในสิ่งที่มิใช่มรรคว่าเป็นมรรค ถือเอาสิ่งที่มิใช่ผลว่าเป็นผล เช่นนี้ เขาย่อมไม่อาจหยั่งลงสู่หนทางแห่งวิปัสสนาภาวนาได้ ทั้งไม่ใส่ใจในการกำหนดเจริญภาวนาของตน ย่อมละทิ้งการปฏิบัติอันถูกต้องเสีย และพอใจกำหนดพิจารณาอยู่ด้วยแสงสว่างที่ได้รับนั้น เหตุเพราะหลงใหลอยู่ด้วยแสงสว่าง ครั้นกาลเวลาล่วงไป แม้อุทยัพพยญาณอันบริสุทธิ์หมดจด ซึ่งตนเพียรเจริญได้มาด้วยความยากลำบาก ในที่สุดย่อมเสื่อมหายไป

แม้โยคาวจรผู้เจริญสมถภาวนาก็ตาม บางครั้งอาจเห็นแสงสว่างได้เช่นกัน แต่แสงสว่างนี้เป็นอื่นจากแสงสว่างแห่งวิปัสสนาตามที่ได้กล่าวมาแล้ว นักปฏิบัติในสายสมถะเป็นจำนวนมาก ต่างเคยได้รับประสบการณ์นี้โดยไม่ยากเย็นนัก แต่แสงสว่างแห่งวิปัสสนาย่อมปรากฏแก่นักปฏิบัติผู้บรรลุ(ในระดับหนึ่ง)แล้วเท่านั้น ไม่ปรากฏแก่บุคคลอื่นๆ ทั้งเมื่อปรากฏขึ้น ย่อมปรากฏโดยลักษณะต่างๆกันไปสำหรับแต่ละบุคคล ท่านหนึ่งอาจเห็นแสงสว่างแผ่ไปเฉพาะแต่บริเวณที่นั่งของตนเท่านั้น อีกท่านหนึ่งอาจเปล่งแสงสว่างแผ่ไปได้ทั่วครัวเรือนที่ตนอาศัยอยู่ อีกท่านหนึ่งอาจเปล่งแสงสว่างแผ่ไปออกนอกบ้านถึง ๑ คาวุต (๑๐๐ เส้น) ๒ คาวุต ๓ คาวุต ๑ โยชน์ ๒ โยชน์ เป็นอาทิ บางคนอาจเปล่งแสงสว่างตั้งแต่พื้นดินเบื้องล่างขึ้นไปจนถึงพรหมโลก ดังมีบันทึกเอาไว้ว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแผ่รัศมีเป็นแสงสว่างไปได้ทั่วทั้งหมื่นโลกธาตุ พระบูรพาจารย์ได้อธิบายถึงความแตกต่างกันในขอบข่ายแห่งแสงสว่าง โดยยกเรื่องต่อไปนี้เป็นอุทาหรณ์

มีพระเถระ ๒ รูป ผู้ปฏิบัติธรรมอยู่ห้องติดกันในกุฏิหลังหนึ่ง ณ สิตุลบรรพต วันนั้นเป็นวันพระข้างแรมเดือนมืดมิด ท้องฟ้าปกคลุมด้วยเมฆฝนจนมืดครึ้มไปทั่ว ครั้นถึงเวลาเที่ยงคืน พระเถระรูปหนึ่งจึงกล่าวกับพระเถระอีกรูปหนึ่งว่า “ท่านผู้เจริญ จากที่นี้ กระผมสามารถมองเห็นดอกไม้ที่วางอยู่บนแท่นบูชาในลานพระเจดีย์ได้เลยทีเดียวครับ” พระเถระอีกรูปหนึ่งจึงกล่าวว่า “ท่านผู้มีอายุ ข้อนั้นจะเป็นเรื่องน่าอัศจรรย์ได้อย่างไร? จากที่นี้ กระผมสามารถมองเห็นฝูงปลาแหวกว่ายอยู่ในมหาสมุทรราว ๑ โยชน์ได้” ดังนี้

การเห็นด้วยแสงสว่างแห่งวิปัสสนาเช่นนี้ มิใช่เป็นดังการเห็นด้วยคิดนึกเอาขณะหลับตาอยู่ แต่เป็นการเห็นด้วยจิต เหมือนมองดูด้วยตาทิพย์ โยคาวจรบางคนกระทำที่พำนักของตนให้สว่างไสวไปทั่ว แม้หลับตาอยู่ก็สามารถมองเห็นสิ่งของในที่ใกล้ๆนั้นได้ แต่แสงสว่างดังกล่าวย่อมปรากฏแก่โยคาวจรผู้นั้นเพียงคนเดียว ไม่ปรากฏแก่บุคคลอื่น

โดยส่วนมากแล้ว วิปัสสนูปกิเลสทั้งหลายย่อมปรากฏแก่โยคาวจรผู้เจริญภาวนาทั้ง ๒ อย่าง คือสมถะและวิปัสสนา ในสมัยโบราณ มีพระเถระจาก

หมู่บ้านตะรังคละแห่งลังกาทวีปรูปหนึ่งชื่อ ธัมมทินนะ เป็นพระอรหันต์ ถึงพร้อมด้วยปฏิสัมภิทา ท่านเป็นอาจารย์อบรมสั่งสอนพระภิกษุเป็นจำนวนมาก วันหนึ่ง ท่านใช้ตาทิพย์เล็งดูพระมหาเถระชื่อว่า มหานาคะ แห่งหมู่บ้านอุจจาวาลิกะซึ่งเป็นอาจารย์ของท่านเอง ได้พบว่าพระมหาเถระนั้นยังมิได้เป็นพระอรหันต์ แต่สำคัญผิดว่า ตนเองบรรลุอรหัตผลแล้ว

ลำดับนั้น ท่านมีปริวิตกว่า "ถ้าแม้นเรามิได้ไปสงเคราะห์พระอาจารย์ของเรา ท่านคงมรณภาพในขณะที่ยังเป็นปุถุชนอยู่โดยแท้" จึงใช้อิทธิฤทธิ์เหาะไปในอากาศ บรรลุถึงสถานที่สำหรับพำนักในเวลากลางวันของพระอาจารย์ ครั้นไปถึง จึงกราบพระอาจารย์แล้วนั่งลง ณ ส่วนข้างหนึ่ง

พระอาจารย์ถามท่านว่า

"ธัมมทินนะ เธอมายังที่นี้นอกกาลเวลาด้วยกิจอันใด?"

พระธัมมทินนเถระตอบว่า "ท่านอาจารย์ครับ กระผมมีปัญหาใคร่เรียนถาม"

ทีนั้น พระมหานาคเถระจึงกล่าวว่า "ท่านผู้มีอายุ จงถามเถิด ถ้ารู้อยู่จะอธิบายให้ฟัง"

พระธัมมทินนเถระถามปัญหา ๑,๐๐๐ ข้อ ฝ่ายพระอาจารย์ก็ตอบปัญหาทุกข้อที่ถามได้อย่างไม่ติดขัดแม้แต่น้อย

พระธัมมทินนเถระจึงถามว่า

"ท่านอาจารย์ครับ ปัญญาญาณของท่านอาจารย์ช่างเฉียบแหลมยิ่งนัก ท่านอาจารย์บรรลุธรรมเมื่อใดครับ?"

"ราว ๖๐ ปี มาแล้ว ท่านผู้มีอายุ" พระอาจารย์ตอบ

"ท่านอาจารย์ครับ ท่านอาจารย์ปฏิบัติสมาธิหรือไม่ครับ?"

"เรื่องนั้นหาใช่ภาระหนักแต่อย่างใดไม่"

"ถ้าเช่นนั้น ขอท่านอาจารย์เนรมิตช้างขึ้นมาสักตัวหนึ่งเถิดขอรับ"

แทบยังไม่ทันขาดคำ พระมหาเถระก็เนรมิตช้างเผือกขึ้นมาตัวหนึ่ง พระธัมมทินนเถระจึงกราบเรียนว่า

“ท่านอาจารย์ครับ บัดนี้ ขอท่านอาจารย์สั่งให้ช้างนั้นยกหูชูหางขึ้น เอางวงสอดใส่เข้าไปในปาก ส่งเสียงโกญจนาทน่าสะพรึงกลัว พลางวิ่งถาโถมมาเบื้องหน้าท่านอาจารย์ด้วยครับ”

พระอาจารย์ได้สั่งให้ช้างที่ท่านเนรมิตขึ้นมากระทำเช่นนั้น แต่เมื่อเห็นอาการที่ช้างส่งเสียงร้องดังกึกก้องแล่นมายังเบื้องหน้า พลันท่านบังเกิดความกลัว ทำท่าจะกระโดดหนี ทันใดนั้น พระธัมมทินนเถระจึงเอื้อมมือไปจับชายจีวรของพระอาจารย์เอาไว้ แล้วถามว่า

“ท่านอาจารย์ครับ พระอรหันต์ยังมีความกลัวอยู่หรือครับ?”

พระอาจารย์จึงสำนึกได้ในบัดนั้นเองว่า ท่านยังมิได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์แต่อย่างใด จึงคุกเข่าลงที่แทบเท้าของพระธัมมทินนเถระ พลางกล่าววิงวอนว่า

“ธัมมทินนะ ขอเธอจงเป็นที่พึ่งแก่เราด้วยเถิด”

จวบจนบัดนี้ พระมหาเถระผู้เป็นอาจารย์ได้ข่มกิเลสเอาไว้ด้วยอำนาจแห่งฌานสมาบัติ ท่านจึงไม่รู้สึกว่าตนเองยังมีกิเลสอยู่ ความกลัวเป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ดังนั้น เมื่อเกิดความหวาดกลัวขึ้นมา ท่านจึงได้คิดว่า กิเลสของท่านยังมิได้ถูกลดละไปแต่อย่างใด

นี้แหละคืออาการ “หลงทาง” ของโยคาวจรทั้งหลาย เหตุเพราะโอภาสหรือแสงสว่าง

ความหวาดกลัวเป็นอาการแสดงออกอย่างหนึ่งของโทสะ ดังนั้น จึงกล่าวว่า เป็นกิเลสชนิดหนึ่ง พระอรหันต์ย่อมไม่หวาดกลัวต่อสิ่งใด เพราะท่านได้ทำลายโทสะลงจนหมดสิ้นแล้ว

ลำดับนั้น พระธัมมทินนเถระจึงกล่าวว่า “ท่านอาจารย์ครับ กระผมมาในที่นี้เพื่อเป็นที่พึ่งให้แก่ท่านอาจารย์นั่นเอง ขอท่านอาจารย์อย่าได้เสียใจไปเลยครับ”

ครั้นแล้ว จึงบอกกรรมฐานให้แก่พระอาจารย์ของตน

พระมหาเถระผู้เป็นอาจารย์รับกรรมฐานแล้ว ขึ้นสู่ทางเดินจงกรม เพียงจงกรมได้ ๓ ก้าว ก็สามารถทำลายกิเลสลงได้อย่างสิ้นเชิง บรรลุอรหัตผล ณ ที่นั้นเอง

ปีติ ได้แก่ ปีติ ๕ ประการ คือ ขุททกาปีติ ขณิกาปีติ โอกกันติกาปีติ อุพเพคาปีติ และผรณาปีติ ในเวลาเช่นนั้น โยคาวจรย่อมมีความรู้สึกดื่มด่ำทั้งทางกายและทางใจ เกิดความปีติในลักษณะประหลาดน่าอัศจรรย์ ซึ่งไม่เคยสัมผัสมาก่อนเลย ไม่ว่าในกาลไหนๆ

ปัสสัทธิ ได้แก่ ความรู้สึกผ่อนคลายหรือความสงบนิ่งทั้งทางกายและใจ ปัสสัทธิซึ่งประกอบกับจิตอันเป็นวิปัสสนา ย่อมน้อมนำจิตไปสู่สภาวะแห่งความเยือกเย็น เมื่อปัสสัทธิเกิดมีขึ้น ไม่ว่าโยคาวจรจะนั่งเจริญภาวนาอยู่ในสถานที่ปฏิบัติกลางคืนหรือกลางวันก็ตาม กายและจิตทั้ง ๒ ย่อมไม่มีอาการร้อนรน ไม่มีความหนัก ไม่รู้สึกอึดอัด ไม่รู้สึกแข็งขืนมึนงง หรืออ่อนเพลียแต่อย่างใด ในเวลาเช่นนั้น ความรู้สึกปั่นป่วนทางกายและใจของโยคาวจร อันเกิดจากเหตุทั้งหลายในภายในเป็นต้น ย่อมห่างหายไป กลายเป็นความสงบเย็น ความง่วงเหงาเกียจคร้านซึ่งทำให้เกิดความรู้สึกหนักๆทางกายและใจ ย่อมห่างหายไป กลายเป็นความเบาสบาย ทิฏฐิและมานะเป็นต้นซึ่งน้อมนำไปสู่ความอึดอัดย่อมห่างหายไป กลายเป็นความปลอดโปร่งโล่งเบา ความรู้สึกแข็งขืนมึนงงอันเกิดจากนิวรณธรรมที่เหลือ ย่อมห่างหายไป กลายเป็นความพร้อมต่อการงาน ความท้อถอยอันเกิดจากสภาวะไร้ศรัทธา ย่อมห่างหายไป กลายเป็นความเข็มแข็ง ความคดโกงอันเกิดจากมารยาสาไถยเป็นต้น ย่อมห่างหายไป กลายเป็นความซื่อตรง นักปฏิบัติย่อมสามารถเจริญภาวนาได้ด้วยความสะดวกสบายตามใจปรารถนา โดยไม่มีปัญหายุ่งยากใดๆทั้งสิ้น

อธิโมกข์ ได้แก่ ศรัทธาอันแรงกล้าซึ่งสัมปยุต (เกิดร่วม) กับวิปัสสนาจิตนี้มิใช่ศรัทธาซึ่งเป็นไปในการยึดเอากรรมวิบาก หรือพระรัตนตรัยมีพระพุทธเจ้าเป็นต้น เป็นอารมณ์ แต่เป็นศรัทธาหรือความเลื่อมใสในวิปัสสนาจิตซึ่งยึดเอาสังขารทั้งหลายในภูมิ ๓ เป็นอารมณ์

ปัคคหะ ได้แก่ วิริยะหรือความเพียรซึ่งสัมปยุตกับวิปัสสนาจิต ในช่วงนี้อำนาจอันเกิดจากพลังแห่งการเจริญภาวนา ซึ่งโยคาวจรได้มุ่งมั่นปฏิบัติมาก่อนแล้ว ย่อมเกิดมีขึ้น เป็นความเพียรอันเลิศล้ำสัมปยุตกับวิปัสสนาจิต มีความมุ่งมั่นไม่ย่อท้อ เพียรปรารภความไม่เที่ยงอยู่เป็นนิตย์

สุข ได้แก่ โสมนัสเวทนาซึ่งสัมปยุตกับวิปัสสนาจิต ในขณะเกิดความสุขดังกล่าว โยคาวจรย่อมรู้สึกประหนึ่งว่า ความสุขนั้นหลั่งไหลไปทั่วสรีระทั้งสิ้น เป็นความสุขอันประณีตผิดแปลกกว่าความสุขอื่นใด เป็นความสุขซึ่งเขาไม่เคยสัมผัสมาก่อนไม่ว่าในกาลไหนๆ

ญาณ ได้แก่ วิปัสสนาญาณนั่นเอง ในขั้นตอนนี้ โยคาวจรย่อมสามารถ "เห็น" นามรูปอันละเอียดอ่อนยิ่งนัก ดุจมองดูด้วยตา ปัญญาญาณอันมีความรวดเร็วเป็นอย่างยิ่งดุจวัชราวุธ* ทั้งมีความบริสุทธิ์หมดจดเป็นอย่างยิ่งด้วย สามารถท่องไปในท่ามกลางนามธรรมและรูปธรรมอย่างไม่สะดุดติดขัด ย่อมเกิดขึ้นแก่โยคาวจรนั้น

อุปัฏฐาน ได้แก่ สติอันสัมปยุตกับวิปัสสนาจิต กล่าวคือ เมื่อปฏิบัติได้ในระดับนี้แล้ว โยคาวจรย่อมมีความรู้ความเข้าใจเป็นอย่างดีในสภาวะแห่งสังขารทั้งหลาย สติอันมั่นคงประดุจขุนเขาย่อมเกิดขึ้น จิตตั้งมั่นด้วยดีอยู่ในอารมณ์ สามารถเพิกถอนธรรมอันเป็นปฏิปักษ์เสียได้ ดังนั้น โยคาวจรจะกำหนดพิจารณาสังขารธรรมใดอยู่ก็ตาม พลังสติอันตั้งมั่นนี้ย่อมเกื้อกูล ให้มีความเข้าใจอย่างยิ่งในสังขารธรรมนั้นๆแม้ทั้งปวงได้

อุเปกขา ได้แก่ อุเบกขาในวิปัสสนาหรืออาวัชชนอุเบกขานั่นเอง อุเบกขาในวิปัสสนาหมายถึงอาการที่จิตตั้งมั่นเป็นกลาง เหตุเพราะได้ศึกษาและพิจารณาสภาวะแห่งสังขารทั้งหลาย ส่วนอาวัชชนอุเบกขาย่อมเกิดขึ้น เหตุเพราะความเข้าใจโดยง่ายในสังขารธรรมนั้นๆ ซึ่งจำเป็นต่อการยกขึ้นมาตริตรองพิจารณา อุเบกขาชนิดนี้จึงหมายถึงอาการที่จิตตั้งมั่นเป็นกลาง อันเกี่ยวเนื่องด้วยการตริตรองพิจารณา แท้จริง อุเบกขาอันทรงพลังทั้ง ๒ อย่างนี้ ย่อมเกิดขึ้นแก่โยคาวจรในโอกาสนี้นั่นเอง

....

* วัชระ เป็นอาวุธแหลมคมที่สุดและทรงอานุภาพที่สุดของพระอินทร์ – *ผู้แปล*

นิกันติ หมายถึง ตัณหาเฉพาะที่เกี่ยวเนื่องด้วยวิปัสสนา นี้คือโอกาสเกิดขึ้นของตัณหาซึ่งละเอียดอ่อน ค่อนข้างสงบซ่อนเร้น และยึดติดอยู่ในวิปัสสนาของตนอันประกอบด้วยแสงสว่างเป็นอาทิ แม้เกิดขึ้นแล้ว แต่ความสงบนิ่งและความละเอียดอ่อนของตัณหาย่อมเป็นไปเห็นปานนั้น จนโยคาวจรอาจไม่เข้าใจว่า นั้นเป็นกิเลสอย่างหนึ่ง

บรรดาวิปัสสนูปกิเลสทั้ง ๑๐ ประเภทเหล่านั้น โอภาสหรือแสงสว่างนับเป็นข้อที่ปรากฏเด่นชัดมากที่สุด เมื่อโอภาสเกิดขึ้น วิปัสสนูปกิเลสอื่นๆอีก ๘ ข้อ ยกเว้นนิกันติ ย่อมเกิดขึ้นพร้อมกันเลยทีเดียว เฉพาะนิกันติเป็นสภาวะที่จะเกิดขึ้นในภายหลัง แม้เกิดขึ้นพร้อมกัน โยคาวจรย่อมตามกำหนดได้เพียงแต่ละข้อแยกจากกันเท่านั้น ดังความหลงใหลในโอภาสย่อมเป็นไปแม้ฉันใด โยคาวจรทั้งหลายผู้ไม่สำเหนียกย่อมกำหนดเกี่ยวกับปีติเป็นต้น แยกกันไปแต่ละข้อแม้เช่นนั้น คือ “ในกาลก่อนแต่กาลบัดนี้ ปีติเห็นปานนี้ ปัสสัทธิเห็นปานนี้ อธิโมกข์เห็นปานนี้ วิริยะ (ความเพียร) เห็นปานนี้ สุขเห็นปานนี้ ญาณเห็นปานนี้ สติเห็นปานนี้ อุเบกขาเห็นปานนี้ ความยึดติดเห็นปานนี้เกี่ยวกับวิปัสสนา ย่อมไม่เคยเกิดขึ้นแก่เราแม้ในกาลไหนๆ” ดังนี้ เมื่อประสบการณ์เช่นนี้เกิดขึ้น โยคาวจรอาจไขว้เขวไปว่า ตนได้บรรลุมรรคผลแล้ว แม้ไม่ได้เป็นโสดาบัน ย่อมเข้าใจว่า “เราเป็นโสดาบัน” แม้ไม่ได้เป็นอรหันต์ ย่อมเข้าใจว่า “เราเป็นอรหันต์” ในที่สุด ย่อมพลาดไปจากหนทางแห่งวิปัสสนา เพราะถือเอาสภาวะอันมิใช่มรรคว่าเป็นมรรค ถือเอาสภาวะที่มิใช่ผลว่าเป็นผลนั้นแล

การจัดสภาวะทั้ง ๙ ข้อเบื้องต้นจากวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ มีโอภาสเป็นต้นไว้ในฐานะเป็นอุปกิเลสนั้น มิใช่เพราะสภาวะเหล่านั้นเป็นอกุศลธรรมอยู่ในตัว แต่เนื่องเพราะสภาวะเหล่านั้นเป็นวัตถุก่อเกิดอุปกิเลสนั่นเอง เฉพาะนิกันติเท่านั้นเป็นทั้งวัตถุแห่งอุปกิเลสและเป็นตัวอุปกิเลสเองเลยทีเดียว อุปกิเลสในฐานะเป็นวัตถุมีอยู่ ๑๐ อย่าง อาศัยวัตถุแต่ละอย่างย่อมก่อเกิดทิฏฐิ มานะ และตัณหาทั้ง ๓ ขึ้นได้ จึงกลายเป็นอุปกิเลส ๓๐ กล่าวคือ สักกายทิฏฐิย่อมเกิดขึ้นเพราะความดำริว่า “โอภาสได้เกิดขึ้นแก่เรา” มานะย่อมเกิดขึ้นเพราะความดำริว่า “โอภาสที่เกิดขึ้นนี้ประเสริฐยิ่งนัก” ครั้นเมื่อมีความอยากในโอภาสนั้น ตัณหา

ย่อมเกิดมีขึ้นได้เช่นกัน แม้ในกรณีการเกิดขึ้นของทิฏฐิเป็นอาทิ ซึ่งเกี่ยวข้องกับอุปกิเลสอื่นๆ เป็นต้นว่า ปีติ ก็พึงทราบโดยนัยเดียวกันนั้นแหละ แม้อุปกิเลสทั้ง ๓๐ ประการนี้จะยังมิได้เกิดมีขึ้น แต่บางครั้งความเข้าใจผิดอาจเกิดกับนักปฏิบัติก็เป็นได้

เมื่อโอภาสเป็นอาทิเกิดขึ้นอยู่ โยคาวจรพึงตัดความลังเลสงสัย เร่งกำหนดลักษณะแห่งความไม่เที่ยงเป็นต้นในโอภาสนั้นเลยทีเดียว การปฏิบัติเช่นนี้ย่อมทำให้โยคาวจรเอาชนะอุปกิเลสเสียได้ ครั้นได้กระทำอย่างนั้นแล้วย่อมสามารถระงับดับความวุ่นวายของอุปกิเลสทั้ง ๓๐ ประการ คือ ย่อมกำหนดรู้ว่า โอภาสเป็นต้นเหล่านั้นมิใช่หนทาง แล้วถือเอาวิปัสสนาญาณอันหลุดพ้นเป็นอิสระจากอุปกิเลสนั้นแหละว่าเป็นหนทาง เมื่อได้รู้แจ้งอย่างแท้จริงดังกล่าวนี้ถึงสภาวะ ๒ ประการ ทั้งที่เป็นหนทางและมิใช่หนทาง ย่อมเกิดญาณหยั่งรู้อย่างชัดเจนว่า นี้เป็นทาง นี้มิใช่ทาง นั้นแหละชื่อว่า มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ

ตราบจนบัดนี้ โยคาวจรได้ตามพิจารณานามรูปทั้งหลายเพื่อบรรลุทิฏฐิวิสุทธิ จึงเป็นอันได้เห็นแจ้งในทุกขสัจไปด้วย เพราะตามพิจารณาเหตุปัจจัยแห่งนามรูปทั้งหลาย เพื่อการบรรลุกังขาวิตรณวิสุทธิ จึงเห็นแจ้งในสมุทัยสัจไปด้วย เพราะตามหลักคัมภีร์พระอภิธรรมแล้ว กิเลสและกรรมทั้งหลายทั้งปวงล้วนเป็นสมุทัยสัจโดยแท้ ครั้นความเข้าใจอย่างถ่องแท้ในมรรค (หนทาง) เกิดมีขึ้นจากมัคคามัคคญาณวิสุทธิ จึงเป็นอันหยั่งรู้ในมรรคสัจไปด้วย ถึงขั้นนี้แล้ว โยคาวจรย่อมชื่อว่า ได้หยั่งรู้อริยสัจ ๓ ประการ โดยปัญญาญาณอันเป็นโลกียะ ด้วยประการฉะนี้แล

จบบทพรรณนามัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิภาวนาแต่เพียงเท่านี้

๑๑ ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ*

ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิมิใช่อื่นใด แท้จริงคือวิปัสสนาญาณทั้ง ๙ อัน ได้แก่ อุทยัพพยานุปัสสนาญาณ ภังคานุปัสสนาญาณ ภยตูปัฏฐานญาณ อาทีนวานุปัสสนาญาณ นิพพิทานุปัสสนาญาณ มุญจิตุกัมมยตาญาณ ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ สังขารุเปกขาญาณ สัจจานุโลมิกญาณ ดังนี้

วิปัสสนาญาณทั้ง ๙ นี้ เป็นการปฏิบัติเพื่อเข้าสู่โลกุตตรมรรคญาณ เหตุนั้นจึงเรียกว่า *ปฏิปทา* ส่วนที่เรียก "ความรู้แจ้ง" ในที่นี้ว่า ญาณทัสสนะ นั้นเล่าก็มิใช่เป็นดัง "ญาณ" หรือความรู้ธรรมดาๆที่อ่อนกำลัง อันเกิดจากการได้ยินได้ฟังคนอื่นพูดกัน หรือคาดคิดเอาเองด้วยการอนุมาน แต่เป็นความรู้แจ้งในสภาวธรรมอย่างประจักษ์ชัด ดุจมองเห็นด้วยตาเลยทีเดียว และที่ได้ชื่อว่า *วิสุทธิ* นั้นย่อมเป็นเพราะว่า ญาณดังกล่าวเป็นสภาวะบริสุทธิ์จากกิเลสเครื่องเศร้าหมองโดยแท้ ดังนั้น ญาณทั้ง ๙ เหล่านั้น จึงได้ชื่อว่า *ญาณทัสสนวิสุทธิ* โยคาวจรผู้ยังมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิให้เกิดมีขึ้นแล้ว ควรเริ่มเจริญวิปัสสนาญาณทั้ง ๙ ให้เกิดมีขึ้นตามลำดับสืบต่อไป

....

* อันดับที่ ๖ ในวิสุทธิ ๗

๑. อุทยัพพยานุปัสสนาญาณ

อุทยัพพยานุปัสสนาญาณซึ่งโยคาวจรเจริญให้เกิดมีขึ้น เพื่อการบรรลุถึงมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธินั้น ในเบื้องแรกอาจยังเศร้าหมองด้วยวิปัสสนูปกิเลสอยู่ จึงไม่มีพลังเท่าที่ควร ดังนั้น ควรเพียรเจริญไตรลักษณ์มีอนิจจลักษณะเป็นต้น ต่อไปให้เชี่ยวชาญด้วยดี เพื่อยังวิปัสสนาญาณให้เกิดขึ้นในเบื้องหน้าตามลำดับ อุทยัพพยญาณซึ่งเศร้าหมองด้วยอุปกิเลส และยังไม่แหลมคม ย่อมไม่อาจกำหนดไตรลักษณ์มีอนิจจลักษณะ เป็นต้น อย่างชัดเจนได้ เพราะเหตุนั้น จึงควรเจริญอุทยัพพยญาณต่อไปอีก เพื่อสามารถกำหนดไตรลักษณ์ คือความไม่เที่ยงเป็นต้นได้ ขอให้เพียรเจริญอุทยัพพยญาณให้เกิดมีขึ้น และมีความแหลมคมยิ่งขึ้น ด้วยการปฏิบัติภาวนาตามที่ได้อธิบายมาแล้วเถิด

ในไตรลักษณ์นั้น เพราะบุคคลไม่ตามพิจารณาความเกิดดับ และเพราะถูกปิดบังด้วยสันตติ จึงไม่รู้ไม่เข้าใจในอนิจจลักษณะ เพราะไม่ตามพิจารณาความบีบคั้นในสังขารทั้งหลายอยู่เนืองๆ และเพราะถูกปิดบังด้วยอิริยาบถ ๔ มีการเดิน เป็นต้น จึงไม่รู้ไม่เข้าใจในทุกขลักษณะ เพราะไม่ตามพิจารณาธาตุทั้งหลายโดยความเป็นสภาวะแยกจากกัน และเพราะถูกปกปิดด้วยความเป็นฆนะ (กลุ่มก้อน) จึงไม่รู้ไม่เข้าใจในอนัตตลักษณะ

มวลน้ำซึ่งตั้งอยู่ ณ จุดหนึ่งกลางแม่น้ำที่กำลังไหลเชี่ยวกราก ครั้นมวลน้ำนั้นไหลไปจากจุดเดิมสู่ทิศทางใต้น้ำ ในขณะเดียวกันนั้นเอง น้ำที่อยู่เหนือขึ้นไปย่อมไหลลงมาแทนที่เลยทีเดียว ครั้นน้ำจากด้านเหนือนั้นไหลลงในทิศทางใต้น้ำต่อไป น้ำที่อยู่เหนือขึ้นไปย่อมไหลลงมาแทนที่ ณ จุดเดียวกันนั้นอีกเนื่องเพราะการไหลถ่ายเทของมวลน้ำเป็นไปโดยไม่ขาดสาย บุคคลที่ยืนดูอยู่บนชายฝั่งย่อมมีความรู้สึกประหนึ่งว่า มวลน้ำนั้นย่อมตั้งอยู่ ณ จุดเดิมเช่นนั้นเอง

ในทำนองเดียวกัน สังขารหนึ่งๆในอัตภาพของสัตว์เมื่อแตกดับลง สังขารใหม่ย่อมเกิดขึ้นมาแทน ณ ที่เดียวกันนั้น ในเวลาเดียวกันนั้นเอง โดยไม่มีช่องว่างปรากฏให้เห็นแม้แต่น้อย จึงเป็นประหนึ่งว่าสังขารซึ่งตั้งอยู่ก่อนนั้น ไม่

แตกดับไป แต่ย่อมเป็นไปตลอดกาลอันยาวนานเลยทีเดียว อาการที่สังขารเก่าทั้งหลายแตกดับไป และสังขารใหม่เกิดขึ้นมาแทน ณ จุดเดียวกันนั้น ด้วยความรวดเร็วจนไม่อาจมองเห็นได้ นี้เป็นขบวนการความสัมพันธ์อันต่อเนื่องซึ่งเรียกว่า สันตติ

อนิจจลักษณะย่อมถูกปิดบังไว้ด้วยสภาวะแห่งสันตตินี้แหละ ครั้นได้เห็นความเกิดขึ้นและความแตกดับทั้ง ๒ อย่างนั้นของสังขารทั้งหลาย สันตติซึ่งปิดบังอนิจจลักษณะอยู่ย่อมมีอันภินท์พังไปด้วย เหตุนั้น บุคคลผู้เห็นความเกิดดับ แม้ไม่คำนึงถึงอนิจจลักษณะ เพียงกำหนดพิจารณาความเกิดดับอยู่ สันตติย่อมภินท์พังลงไปเอง และอนิจจลักษณะย่อมปรากฏเด่นชัดขึ้น ส่วนบุคคลใดตามพิจารณาความเกิดดับ หรือตามกำหนดอนิจจลักษณะอยู่ โดยที่ยังไม่อาจทำลายมายาการแห่งสันตติลงได้ สันตติย่อมปิดบังอนิจจลักษณะอยู่ร่ำไป ญาณหยั่งรู้อันบริสุทธิ์ในความไม่เที่ยงจึงไม่อาจเกิดมีขึ้นแก่เขาได้

บุคคลผู้ยึดติดอยู่ในสังขารทั้งหลายโดยความเป็นอัตตา ย่อมเดือดร้อนใจเพราะความแตกดับหรือพินาศไปของสังขารเหล่านั้น ประหนึ่งเป็นความพินาศของตนเอง ความพยายามเพื่อยังสังขารใหม่ๆให้เกิดขึ้นทดแทนสังขารที่แตกดับไปแล้ว ล้วนเป็นเรื่องเหนื่อยยาก การเกิดขึ้นของสังขารใหม่จึงเป็นสภาวะบีบคั้นเช่นกัน ส่วนโยคาวจรผู้มีความรู้ความเข้าใจว่า การเกิดขึ้นและแตกดับไปทั้ง ๒ อย่างของสังขารทั้งหลายล้วนเป็นความทุกข์นั้น ครั้นประจักษ์ชัดด้วยอุทยัพพยญาณ ถึงอาการที่สังขารทั้งหลายย่อมเกิดขึ้นและแตกดับอยู่เนืองนิตย์ แม้ไม่ได้ตามกำหนดอยู่ ย่อมหยั่งรู้สภาวะบีบคั้นอันเป็นไปเพราะความเกิดขึ้นและแตกดับร่ำไปของสังขารทั้งหลาย การเห็นอาการเกิดดับเช่นนี้แหละ คือการเห็นทุกขลักษณะอันเบียดเบียนบีบคั้นอยู่ทุกขณะจิต

บุคคลผู้ไม่ประจักษ์ชัดด้วยอุทยัพพยญาณ แม้ตามกำหนดทุกขลักษณะกล่าวคือสภาวะบีบคั้นอยู่เนืองๆ ย่อมไม่อาจมีความเข้าใจในสภาวะนั้นอย่างหมดจดได้ ดังอิริยาบถย่อมปิดบังทุกขลักษณะ เนื่องเพราะความทุกข์ที่ได้รับในอิริยาบถหนึ่ง อาจถูกปิดบังด้วยอิริยาบถอื่นอีก แต่สำหรับบุคคลผู้เห็นความเกิด

ดับด้วยอุทยัพพยญาณ แม้อิริยาบถย่อมไม่สามารถปิดบังความทุกข์ได้ เมื่อความจริงเป็นอยู่เช่นนี้ จึงสมควรทราบว่า การหยั่งรู้ทุกขลักษณะได้อย่างลึกซึ้งนั้น ย่อมเป็นไปได้ด้วยอุทยัพพยญาณนั้นแล

อุทยัพพยญาณของโยคาวจรย่อมเป็นไปในวิสัยแห่งธาตุต่างๆกัน ดังนั้น สำหรับบุคคลผู้ตามกำหนดความเกิดดับทั้ง ๒ อยู่ ความสามารถแยกแยะธาตุเป็นส่วนต่างๆย่อมเกิดขึ้นได้เอง โดยปราศจากความพยายามใดๆเลยทีเดียว อัตตสัญญาย่อมเป็นไปเพราะอาศัยฆนะ หรือความเป็นกลุ่มก้อนของธาตุต่างๆ ครั้นได้หยั่งรู้ธาตุทั้งหลายโดยความเป็นสภาวะแยกจากกัน เครื่องห่อหุ้มกล่าวคือ ฆนะ ซึ่งปิดบังความเป็นอนัตตาอยู่ ย่อมหลุดหายไปโดยอัตโนมัติ เมื่อฆนะซึ่งปิดบังอนัตตาถูกทำลายลง อนัตตาย่อมปรากฏเด่นชัดยิ่งขึ้นด้วยอุทยัพพยญาณนั้นนั่นเอง

เพราะความเกิดดับและไตรลักษณ์เป็น ๒ เรื่องต่างหากจากกัน ญาณซึ่งกำหนดความเกิดดับเป็นอารมณ์ ย่อมไม่ยึดเอาไตรลักษณ์เป็นอารมณ์ ไม่ว่าในกาลไหนๆ แม้ญาณซึ่งกำหนดไตรลักษณ์เป็นอารมณ์ ย่อมไม่ยึดเอาความเกิดดับเป็นอารมณ์ ไม่ว่าในกาลไหนๆเช่นกัน การกล่าวว่าไตรลักษณ์ย่อมปรากฏเด่นชัดแก่ญาณหยั่งรู้ความเกิดดับนั้น มีความหมายว่า ความหยั่งรู้สภาวะเกิดดับทำให้เครื่องกีดขวางการเห็นแจ้งไตรลักษณ์ถูกกำจัดออกไป เมื่ออุปสรรคปิดกั้นการหยั่งรู้สภาวะเกิดดับถูกกำจัดออกไป พึงกำหนดสภาวะเกิดดับนั้นโดยความเป็นอารมณ์ การตามกำหนดโดยความเป็นอารมณ์ หมายถึง ตามพิจารณาไตรลักษณ์ในสังขารทั้งหลายด้วยวิธีการเจริญภาวนา

โยคาวจรผู้บรรลุมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิแล้ว พึงตามกำหนดสภาวะเกิดดับต่อไปอีกสัก ๒-๓ วัน เพราะอุทยัพพยญาณย่อมเป็นปัจจัยให้ญาณหยั่งรู้ไตรลักษณ์บริสุทธิ์หมดจดได้ ทั้งญาณหยั่งรู้ไตรลักษณ์ก็เป็นปัจจัยให้อุทยัพพยญาณบริสุทธิ์หมดจดได้เช่นเดียวกัน เหตุนั้น นับแต่นี้ไปควรเจริญภาวนาทั้ง ๒ แนวทางคือ อุทยัพพยภาวนาและติลักขณภาวนา (ไตรลักษณ์) ตามโอกาสอันควร เมื่อเลิกกำหนดสภาวะเกิดดับโดยความเป็นเหตุปัจจัยแล้ว พึงกำหนดโดยความเป็นลักษณะแห่งสภาวธรรมต่อไป

บทภาวนาสภาวะเกิดดับ

ปฐวีธาตุเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป อาโปธาตุเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป เตโชธาตุเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป วาโยธาตุเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป จักขุวิญญาณธาตุ ... โสตวิญญาณธาตุ ... ฆานวิญญาณธาตุ ... ชิวหาวิญญาณธาตุ ... กายวิญญาณธาตุ ... มโนวิญญาณธาตุเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป

บทภาวนาเบญจขันธ์

รูปขันธ์เกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป เวทนาขันธ์ ... สัญญาขันธ์ ... สังขารขันธ์ ... วิญญาณขันธ์เกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป

บทภาวนาไตรลักษณ์

ปฐวีธาตุไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา อาโปธาตุ ... เตโชธาตุ ... วาโยธาตุ ... จักขุวิญญาณธาตุ ... โสตวิญญาณธาตุ ... ฆานวิญญาณธาตุ ... ชิวหาวิญญาณธาตุ ... กายวิญญาณธาตุ ... มโนวิญญาณธาตุ ... รูปขันธ์ ... เวทนาขันธ์ ... สัญญาขันธ์ ... สังขารขันธ์ ... วิญญาณขันธ์ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

เมื่อได้เพียรเจริญภาวนาอยู่เช่นนี้แล้ว ย่อมเป็นการดีที่จะปฏิบัติภาวนาต่อไปในอายตนะ ธาตุ และองค์แห่งปฏิจจสมุปบาท เป็นต้น ตามลำดับ ทั้งโดยนัยสังเขปและโดยนัยพิสดาร โยคาวจรผู้เพียรเพ่งเจริญภาวนาอยู่เนืองๆ ด้วยการตามพิจารณาทั้งในด้านสภาวะเกิดดับและในด้านไตรลักษณ์อย่างนี้ อันเป็นหนทางมุ่งไปสู่ความหลุดพ้นจากอุปกิเลส และน้อมนำไปสู่มรรคา (หนทาง) ที่แท้จริง ย่อมสามารถเข้าใจความเป็นไปแห่งสังขารทั้งหลายได้ในฉับพลันทันใด เมื่อบรรลุถึงจุดนี้ จิตของโยคาวจรจะค่อยๆน้อมไปสู่สภาวะแตกดับของสังขารทั้งหลายเลยทีเดียว โดยไม่ข้องอยู่ด้วยความเกิด ความตั้งอยู่ ความดับไป และนิมิตหมายแต่อย่างใด กล่าวคือ จิตของโยคาวจรจะเริ่มน้อมนำเฉพาะความ

ดับเท่านั้นเป็นอารมณ์ ไม่เอาความเกิด เป็นต้น มาเป็นอารมณ์ นี้คืออาการเข้าสู่เบื้องต้นแห่งภังคานุปัสสนาญาณ เมื่อกำหนดพิจารณาอยู่เนืองๆด้วยปัญญาว่า สังขารทั้งหลายที่เกิดดับๆอยู่อย่างนี้ ย่อมดับไปโดยแท้ ดังนี้แล้ว วิปัสสนาญาณอันมีชื่อเรียกว่า ภังคานุปัสสนาญาณ ย่อมเกิดขึ้นแก่โยคาวจรนั้น

๒. ภังคานุปัสสนาญาณ

บัดนี้ สิ่งที่โยคาวจรสมควรกระทำ ได้แก่ การปฏิบัติเพื่อยังภังคานุปัสสนาญาณอย่างอ่อนๆ ซึ่งเกิดขึ้นแล้วให้เจริญยิ่งขึ้น และแหลมคมยิ่งขึ้น กิจที่พึงปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายนั้น มีดังต่อไปนี้

เริ่มต้นด้วยการตามกำหนดในส่วนภังคะ หรือความแตกดับแห่งสังขารทั้งหลาย มีรูปขันธ์เป็นต้น อันมีอยู่ในภพชาตินี้แล้ว ลำดับนั้น พึงใช้จิตอีกดวงหนึ่งตามดูความแตกดับของจิตที่กำหนด "ภังคะ" อยู่นั้นแหละ ครั้นแล้วพึงยกความแตกดับของสังขารนั้นอันตนเห็นแล้วอย่างประจักษ์แจ้ง ขึ้นไว้เป็นบาทฐาน แล้วตามพิจารณาความแตกดับของสรรพสังขารทั้งหลายในอดีตชาติ และความแตกดับของสรรพสังขารทั้งหลายอันจักมีในอนาคตชาติ อันดับต่อไปพึงพิจารณาให้เห็นอาการที่สักแต่สังขารทั้งหลายย่อมแตกดับหรือตายไปว่า มิใช่เป็นสัตว์บุคคล คนใดแตกดับหรือตายไป ทั้งนี้เพื่อบรรเทาความสำคัญมั่นหมายในสัตว์บุคคลให้เบาบางลง และทำความเข้าใจในสภาวะแห่งความว่างให้เกิดมีขึ้น

ควรพิจารณาความไม่เที่ยงแห่งสังขาร เพื่อบรรเทานิจจสัญญาให้เบาบางลงไป อันเป็นการปูหนทางสำหรับวิปัสสนาญาณ ที่จักพึงบรรลุถึงหรือพึงได้รับในเบื้องหน้า พิจารณาสังขารโดยความเป็นทุกข์ เพื่อบรรเทาสุขสัญญา พิจารณาสังขารโดยความเป็นอนัตตา เพื่อบรรเทาอัตตสัญญา พิจารณาความเป็นสภาวะน่าเบื่อหน่ายคลายกำหนัด เพื่อบรรเทาตัณหากล่าวคือ "นันทิ" หรือความยินดีอันเกี่ยวเนื่องด้วยสังขารทั้งหลาย พิจารณาให้เห็นความไม่น่าหลงใหลยึดติด ทำให้บรรเทาราคะลงเสียได้ พิจารณาความที่สังขารรวมตัวกันตั้งอยู่ ย่อมประกอบด้วยทุกข์โทษเป็นอเนกประการ มีความไม่เที่ยง เป็นต้น และพึงน้อมนำจิตของตนไปสู่พระนิพพาน อันเป็นอิสระจากสังขารทั้งหลาย

บทกำหนดภาวนา

รูปทั้งหลายในร่างกายนี้ย่อมแตกดับไปเป็นนิตย์ แม้จิตที่ตามดูความแตกดับของรูป ก็แตกดับดุจเดียวกันนั้นแล สังขารทั้งหลายทั้งปวงแม้ในอดีตย่อมแตกดับไป และสังขารทั้งหลายทั้งปวงแม้ในอนาคตย่อมแตกดับไป เช่นเดียวกับรูปในร่างกายนี้แหละ และเช่นเดียวกับจิตที่ตามดูความแตกดับของรูปทั้งหลายเหล่านั้น นอกจากสังขารทั้งหลายแล้ว สัตว์หรือบุคคลหนึ่งใดย่อมแตกดับหรือตายลงหามิได้ สังขารทั้งหลายเท่านั้นแตกดับและตายไป เพราะสังขารทั้งหลายทั้งปวงย่อมแตกดับและอันตรธานไป จึงไม่เที่ยง เพราะเป็นสภาวะน่าสะพรึงกลัว จึงเป็นทุกข์ เพราะไม่เป็นไปในอำนาจ จึงเป็นอนัตตา เป็นสภาวะปราศจากคุณอันประเสริฐพึงยินดี เป็นสภาวะปราศจากคุณอันประเสริฐที่จะพึงหลงใหลยึดติด เมื่อรวมกันตั้งอยู่ย่อมเป็นทุกข์ จึงไม่สมควรสะสมไว้เลย แต่เป็นสภาวะที่ผู้ปรารถนาความหลุดพ้นพึงปล่อยวางเสีย

เวทนาทั้งหลายเกิดขึ้นแล้วเกิดขึ้นเล่า ย่อมดับไป จิตที่ตามดูความดับไปแห่งเวทนานั้นๆ ย่อมดับไป สังขารทั้งหลายทั้งปวงในอดีตย่อมดับไปแม้เช่นนั้นทีเดียว สังขารทั้งหลายทั้งปวงในอนาคตจักดับไปแม้เช่นนั้นดุจกัน นอกจากสังขารทั้งหลายแล้ว สัตว์หรือบุคคลหนึ่งใดย่อมแตกดับหรือตายลงหามิได้ สังขารทั้งหลายเท่านั้นแตกดับและตายไป เพราะแตกดับสังขารทั้งหลายทั้งปวง จึงไม่เที่ยง เพราะเป็นสภาวะน่าสะพรึงกลัว จึงเป็นทุกข์ เพราะไม่เป็นไปในอำนาจ จึงเป็นอนัตตา เป็นสภาวะปราศจากคุณอันประเสริฐพึงยินดี เป็นสภาวะปราศจากคุณอันประเสริฐพึงหลงใหลยึดติด เมื่อรวมกันตั้งอยู่ย่อมเป็นทุกข์ จึงไม่สมควรสะสมไว้เลย แต่เป็นสภาวะที่ผู้ปรารถนาความหลุดพ้นพึงปล่อยวางเสีย

ในกรณีของสัญญา สังขาร และวิญญาณก็เช่นเดียวกัน ควรเปลี่ยนถ้อยคำให้เหมาะสม แล้วเจริญภาวนาโดยนัยเดียวกันนั้นแหละ ยิ่งสามารถเจริญภาวนา

ในอายตนะและธาตุได้ด้วย ก็ยิ่งประเสริฐนัก โยคาวจรผู้เจริญภาวนา ด้วยการตามกำหนดรู้ความแตกดับของสังขารทั้งหลายอยู่เนืองนิตย์ ตามแนวทางอันมีนัยเป็นอเนกประการเห็นปานนี้ ย่อมเห็นความแตกดับของสังขารทั้งหลาย ดุจบุรุษกำลังยืนมองดูพื้นผิวทะเลสาบยามฝนเม็ดใหญ่กำลังตกลงมา เห็นฟองน้ำเกิดผุดขึ้นและแตกดับไป หรือเหมือนเห็นเมล็ดงากำลังคั่วอยู่ในกระทะร้อน จึงสมควรกล่าวได้ว่า บัดนี้ ภังคานุปัสสนาญาณได้เจริญขึ้นแล้ว

๓. ภยตูปัฏฐานญาณ

โยคาวจรผู้เจริญภังคานุปัสสนาญาณให้เกิดมีขึ้นแล้ว บัดนี้ สมควรปฏิบัติเพื่อยังภยตูปัฏฐานญาณให้เกิดขึ้นเป็นอันดับต่อไป ภยตูปัฏฐานญาณเป็นสภาวะที่คล้ายกันกับภังคานุปัสสนาญาณ พึงเพียรปฏิบัติตามแนวทางดังต่อไปนี้ เพื่อเจริญญาณดังกล่าวให้เกิดมีขึ้น

บทกำหนดภาวนา

สังขารทั้งหลายในอดีตได้ดับไปแล้ว สังขารทั้งหลายในปัจจุบันย่อมดับไป สังขารทั้งหลายในอนาคตจักดับไป สังขารทั้งหลายในภพ ๓ นี้ทุกแห่งหน ย่อมดับไปอยู่เป็นนิตย์ ภพทั้ง ๓ อันเป็นที่แตกดับไปอยู่ตลอดเวลาของสังขารทั้งหลาย ย่อมเป็นเหมือนจอมปลวกเป็นที่อาศัยของอสรพิษ เหมือนป่ารกเป็นที่อาศัยของช้าง เสือ และหมีทั้งหลาย เหมือนถ้ำเป็นที่อาศัยของเหล่ารากษส เหมือนแม่น้ำเป็นที่อาศัยของจระเข้ เหมือนหลุมถ่านเพลิง เหมือนเมืองที่กำลังถูกไฟไหม้ เหมือนสมรภูมิที่ระเบิดกำลังตกลงมา เหมือนป่าช้า เหมือนหมู่บ้านร้าง เหมือนเมืองผีสิง

เมื่อโยคาวจรตามพิจารณาสังขารโดยนัยที่ได้กล่าวมาแล้ว สังขารทั้งหลายจะค่อยๆปรากฏแก่เขาอย่างชัดเจน โดยความเป็นของน่าสะพรึงกลัว ญาณหยั่งรู้สังขารโดยความเป็นของน่าสะพรึงกลัวนี้แหละ คือ ภยตูปัฏฐานญาณ

ภยตูปัฏฐานญาณมิใช่สักแต่ความกลัวในสังขาร เหมือนดังเด็กน้อยเห็นช้างแล้วบังเกิดความกลัวขึ้นมา ความกลัวกับภยตูปัฏฐานญาณไม่ใช่สิ่งเดียวกัน แต่เป็นสภาวะ ๒ อย่าง บุคคลที่มองดูหลุมถ่านเพลิงใหญ่จากที่ไกลย่อมไม่รู้สึกกลัวหลุมถ่านเพลิงนั้น ไม่เหมือนเด็กน้อยที่เกิดความกลัวเพราะเห็นช้าง แต่บุรุษที่เคยตกลงไปและได้รับความทุกข์แสนสาหัสยิ่งนัก ย่อมเรียนรู้ด้วยเหตุนั้นเองว่า นั้นแหละเป็นสถานที่อันตรายน่าสะพรึงกลัว แม้โยคาวจรก็เช่นเดียวกันย่อมไม่สะดุ้งกลัวในสังขารทั้งหลายเหมือนดังเด็กน้อยกลัวช้าง แต่ย่อมรู้ว่าสังขารเป็นธรรมชาติน่าสะพรึงกลัว นำมาซึ่งสิ่งมิใช่ประโยชน์เป็นอันมาก เหมือนบุรุษที่เคยตกลงไปในหลุมถ่านเพลิง เพียงมองดูหลุมถ่านเพลิงนั้นแต่ที่ไกล ก็หวาดกลัวเสียแล้ว นั้นแหละคือภยตูปัฏฐานญาณสำหรับเขา เหตุเพราะชาวโลกโดยทั่วไปไม่มีญาณหยั่งรู้เช่นนี้ จึงยึดติดอยู่ในสังขารซึ่งนำทุกข์โทษเป็นอเนกประการมาให้ ด้วยคิดว่า นี้เป็นเรา นี้เป็นของๆเรา ดังนี้ ย่อมติดอยู่ในหล่มแห่งความทุกข์นั้นแล

๔. อาทีนวานุปัสสนาญาณ

สิ่งที่เรียกว่า *อาทีนวะ* คือ สภาวะอันเป็นโทษ หาประโยชน์มิได้ อันมีอยู่ในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง แท้จริงทุกข์โทษจากสังขารมีอยู่มากมายนัก ทุกข์โทษทั้งมวลอันมีอยู่ในโลกนี้ ล้วนเป็นทุกข์โทษเพราะสังขารทั้งสิ้น ญาณหยั่งรู้ทุกข์โทษแห่งสังขารทั้งหลายนี้แหละ คือ อาทีนวานุปัสสนาญาณ

ความยึดมั่นผูกพันในคุณประโยชน์เป็นสิ่งควร มิใช่สิ่งน่าสะดุ้งกลัว สิ่งที่น่าสะดุ้งกลัวคือทุกข์โทษต่างหาก ดังนั้น ภยตูปัฏฐานญาณแท้จริงคือญาณอย่างหนึ่ง ซึ่งหยั่งรู้ทุกข์โทษนั่นเอง คือ เป็นญาณที่เห็นทุกข์โทษโดยความเป็นสภาวะน่าสะดุ้งกลัว บรรดามนุษย์ที่อาศัยอยู่ในท้องถิ่นอันตราย ซึ่งมักมีเหตุร้ายเกิดขึ้นเป็นอันมาก แม้รู้ซึ้งถึงความที่ท้องถิ่นนั้นน่าหวาดกลัวเพียงใด แต่เมื่อมีสิ่งหนึ่งสิ่งใด มีบุคคลใด หรือมีสถานที่พำนักอันปลอดภัยใด ให้เป็นที่พึ่งพิงแก่เขาได้ เขาย่อมอยู่ในที่นั้นโดยไม่ต้องหวาดวิตกมากนัก ทั้งไม่มีความเบื่อหน่ายในสถานที่นั้น จนคิดหลีกหนีไปที่อื่นเสีย ต่อเมื่อใดเขาบังเกิดความ

รู้สึกว่าหมดที่พึ่งพิงเสียแล้ว เขาจึงเกิดความเบื่อหน่ายในสถานที่นั้น คิดหนีไปอยู่ที่อื่น โดยนัยเดียวกัน เพียงเห็นสังขารโดยความเป็นสภาวะน่าสะดุ้งกลัว จิตของโยคาวจรย่อมไม่ถึงกับเบื่อหน่ายเสียเลยทีเดียว ทั้งในสังสารวัฏหรือในสังขารทั้งหลาย และความปรารถนาเพื่อหลุดพ้นจากสังขารย่อมไม่มีกำลังแรงกล้าพอ จนกว่าจะได้ตระหนักว่า เขาไม่มีที่พึ่งพิงเสียแล้ว

โยคาวจรผู้เห็นสังขารโดยความเป็นของน่าหวาดกลัว ครั้นได้ตระหนักด้วยญาณว่า ที่พึ่งใดจากภัยอันตรายนั้น แท้จริงมิได้มีอยู่เลยตลอดในไตรภพทั้งสิ้น เมื่อนั้น จิตของเขาย่อมเบื่อหน่ายในสังสารวัฏ จนไม่ประสงค์จะพำนักอยู่ในสังสารวัฏต่อไปแม้แต่ขณะเดียว กล่าวคือ เขาย่อมมีความปรารถนาอันแรงกล้าเพื่อหลุดพ้นไปเสียจากสังสารวัฏ ดังนั้น ในบัดนี้เมื่อได้เห็นแจ้งด้วยภยตูปัฏฐานญาณแล้ว จึงควรปฏิบัติเพื่อเจริญอาทีนวานุปัสสนาญาณให้เกิดมีขึ้นต่อไป ทั้งนี้เพื่อความตระหนักรู้ว่า ไม่มีที่พึ่งพิงใดๆให้รอดพ้นจากอันตรายได้เลย ในขั้นตอนนี้ โยคาวจรพึงพิจารณาความไม่มีที่พึ่งพิงใดๆสำหรับสังขาร ความที่สังขารเป็นโทษอันยิ่งใหญ่ ตลอดถึงทุกข์โทษต่างๆอื่นอีก และควรพิจารณาพระนิพพานตามสมควรด้วย เพื่อเป็นการเปิดทางให้บรรลุญาณอันจักพึงได้ในเบื้องหน้า แต่นี้ไป ขอให้เจริญภาวนา ดังนี้

บทกำหนดภาวนา

รูปทั้งหลายในกายนี้ย่อมแตกดับไปอย่างไม่หยุดหย่อน เหมือนการแตกดับไปของกลุ่มฟองน้ำในหม้อข้าวที่กำลังเดือด เหมือนการปะทุแตกออกของเมล็ดมัสตาร์ดในกระทะร้อน หรือเหมือนการแตกดับไปของฟองน้ำที่เกิดขึ้นในเวลาฝนตก แม้นามธรรมทั้งหลาย คือ เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณย่อมแตกดับไปเช่นกัน เพราะความแตกดับไปนั้นแหละ สัตว์ทั้งหลายย่อมโลดแล่นไปสู่ชาติ ชรา มรณะ ความเศร้าโศก ปริเทวนาการ ความทุกข์ ความโทมนัส และความคับแค้นใจ ความแตกดับไปแห่งสังขารทั้งหลายนี้หามีหยูกยาใดๆรักษาได้ไม่ ทั้งไม่มีวิธีการอื่นใดด้วย ไม่มีบุคคลใดมีอำนาจหยุดยั้งได้

ไม่มีที่พักพิงใดให้หลบซ่อนได้ ดังนั้น สังขารจึงไร้ที่พึ่งพิง การเกิดเป็นความโหดร้าย ความตั้งอยู่ของสังขารเป็นความโหดร้าย การสั่งสมกรรมเป็นความโหดร้าย การเกิดใหม่ในเบื้องหน้าเป็นความโหดร้าย ความแก่ชราเป็นความโหดร้าย ความป่วยไข้เป็นความโหดร้าย ความตายและความเศร้าโศกเป็นความโหดร้าย ปริเทวนาการเป็นความโหดร้าย ความทุกข์เป็นความโหดร้าย ความโทมนัสเป็นความโหดร้าย ความคับแค้นใจเป็นความโหดร้าย ถ้าไม่เกิดย่อมเป็นความสุข ไม่ต้องดำรงอยู่เป็นความสุข ไม่สั่งสมกรรมเป็นความสุข ไม่ต้องเกิดอีกต่อไปย่อมเป็นความสุข ความหลุดพ้นเสียได้จากชรา พยาธิ (ความป่วยไข้) มรณะ ความเศร้าโศก ปริเทวนาการ ความทุกข์ ความโทมนัส และความคับแค้นใจ เป็นความสุข

เมื่อเพียรพิจารณาโทษของสังขารทั้งหลาย ตามขั้นตอนการเจริญภาวนาอยู่อย่างนี้ ภพทั้ง ๓ ย่อมปรากฏแก่โยคาวจรประหนึ่งสถานที่เต็มไปด้วยอันตราย เหมือนป่ารกเป็นที่อาศัยอยู่ของสัตว์ร้าย เหมือนถ้ำใหญ่ เหมือนห้วงน้ำลึกเป็นที่อาศัยของจระเข้หรือปลาฉลาม เหมือนเส้นทางมีโจรร้ายดักซุ่มอยู่ เหมือนศัตรูเป็นหมู่เหล่าถือดาบคมอยู่ในมือ เหมือนหลุมถ่านเพลิง เหมือนสมรภูมิ หรือเหมือนป่าช้านั้นแล อนึ่ง เบญจขันธ์ย่อมปรากฏแก่เขาราวกับฝีร้าย แผลเน่าเปื่อย รังแห่งโรค แหลนหลาว แม้โลกทั้ง ๓ ก็เป็นประดุจพื้นที่ซึ่งถูกไฟ ๑๑ ชนิดเผาไหม้อยู่ สัตว์ทั้งหลายในไตรภพย่อมเป็นดังเหล่าต้นไม้ใบอ้อ ซึ่งอยู่ท่ามกลางเปลวเพลิงที่กำลังลุกโหมไหม้ นอกจากทุกข์โทษโดยรอบด้านแล้ว ที่พึ่งพิงหลบภัยใดๆหามีไม่ ญาณตระหนักหยั่งรู้ถึงอาการไร้ที่พึ่งพิงและความรู้แจ้งในโทษอื่นๆของสังขารทั้งหลายเช่นนี้แหละ คือ อาทีนวานุปัสสนาญาณ

๕. นิพพิทานุปัสสนาญาณ

เมื่อโยคาวจรตามพิจารณากองแห่งทุกข์โทษของสังขารอยู่เนืองๆ ด้วยอาทีนวานุปัสสนาญาณเห็นปานนี้ นิพพิทานุปัสสนาญาณ คือ ความเบื่อหน่าย

ในสังขารหรือในสังสารวัฏ ย่อมเกิดขึ้นเพราะการตามพิจารณานั้น ในการนี้หามีหลักภาวนาใดๆเป็นพิเศษไม่ การกำหนดพิจารณาอาทีนวะ (โทษ) นั้นแหละ คือหนทางบรรลุนิพพิทานุปัสสนาญาณได้ เมื่อบรรลุญาณนี้แล้ว โยคาวจรย่อมไม่มีความยินดีใดๆในภพทั้ง ๓ ไม่ว่าจะเป็นที่ใดก็ตาม เหมือนนกบินไปมาอย่างอิสระในป่าไม้ ไม่ยินดีอยู่ในกรงแม้สร้างด้วยทองคำ เหมือนปลาพอใจอยู่แต่ในห้วงน้ำ หายินดีขึ้นมาบนบกไม่ เหมือนชาวเมืองพอใจอาศัยอยู่ในเมืองเท่านั้น ไม่ยินดีอาศัยอยู่ในป่าเปลี่ยวไร้ผู้คนจะพบพาน เหตุเพราะความเบื่อหน่ายในโลก จิตของโยคาวจรย่อมยินดีอยู่ในการเจริญภาวนา ความสุขของเขาจึงอยู่ที่การปฏิบัติภาวนาโดยแท้

๖. มุญจิตุกัมยตาญาณ

ญาณทั้ง ๓ กล่าวคือ ภยตูปัฏฐานญาณ อาทีนวานุปัสสนาญาณ และนิพพิทานุปัสสนาญาณ ล้วนเป็นสภาวธรรมหนึ่งเดียวในฐานะเป็นญาณที่เล็งเห็นโทษของสังขาร แต่แยกออกเป็น ๓ เนื่องเพราะอาการเห็นที่แตกต่างกัน ๓ ประการ คือ เห็นโทษโดยความเป็นสภาวะน่าสะดุ้งกลัว ๑ เห็นสังขารโดยความเป็นสภาพไร้ที่พึ่งพิง ๑ เห็นสังขารโดยความเป็นสิ่งที่ไม่น่ายินดีพอใจ ไม่ควรหลงใหลยึดติด ๑ ดังนี้ เมื่อญาณทั้ง ๓ มีภยตูปัฏฐานญาณเป็นอาทิเกิดมีขึ้นแล้ว ครั้นมีกำลังแก่กล้ายิ่งขึ้นไปอีก หนทางเพื่อหลุดพ้นไม่ว่าด้วยประการใดๆไปจากสังสารวัฏ ซึ่งตนเองเคยหลงติดอยู่ตลอดกาลอันยาวนาน ย่อมปรากฏแก่โยคาวจรอย่างแน่นอน ญาณหยั่งรู้ว่า ความหลุดพ้นจากทุกข์นั้น ไม่มีวิธีการอื่นใด นอกจากต้องหลุดพ้นเสียจากสังสารวัฏ (สังขาร) เท่านั้น นี้แหละคือ มุญจิตุกัมยตาญาณ

เมื่อมุญจิตุกัมยตาญาณเกิดมีขึ้น จิตของโยคาวจรย่อมเบี่ยงบ่ายถ่ายถอนออกจากภพชาติหรือสังขาร เขาย่อมไม่ยินดี ไม่หลงใหล อยู่ในสังขารทั้งหลายทั้งปวง แม้ในสิ่งที่ชาวโลกยกย่องว่าประเสริฐหรือดีงาม เช่น ทรัพย์สมบัติและความมั่งคั่ง ราชสมบัติ ทิพยสมบัติ หรือแม้แต่พรหมสมบัติ ความปรารถนาอันแรงกล้าเพื่อความหลุดพ้นจากภพชาติย่อมเกิดขึ้นแก่โยคาวจรนั้น เหมือน

ดังนกถูกขังอยู่ในกรง เหมือนเนื้อทรายถูกล่ามเชือกไว้ เหมือนปลาถูกขังอยู่ในข้อง หรือเหมือนกบติดอยู่ในปากอสรพิษนั้นแล

๗. ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ

โยคาวจรผู้เห็นกองแห่งทุกข์โทษอันยิ่งใหญ่ในสังขารทั้งหลาย ย่อมเกิดความสะดุ้งกลัวและเบื่อหน่าย มีความปรารถนาเพื่อหลุดพ้นจากทุกข์โทษเหล่านั้น ดังนั้น สิ่งที่พึงกระทำในบัดนี้ คือ ปฏิบัติตนเพื่อบรรลุความหลุดพ้นนั้นเอง แต่กิจเพื่อความหลุดพ้นจากสังขารทั้งหลาย มิใช่เป็นเรื่องที่กระทำได้โดยง่าย ตราบเท่าที่กิเลสกล่าวคือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา ตัณหา อวิชชา เป็นต้น ยังเป็นไปอยู่ สังขารย่อมเกิดขึ้นใหม่อยู่ร่ำไปเลยทีเดียว สิ่งที่โยคาวจรพึงกระทำเพื่อความหลุดพ้นจากสังขาร คือ ทำลายละกิเลสทั้งหลายมีสักกายทิฏฐิเป็นต้นเสียโดยอาการที่กิเลสเหล่านั้นจะไม่เกิดขึ้นได้อีก แท้จริง กิเลสย่อมเกิดขึ้นได้เนื่องเพราะบุคคลเห็นสังขารโดยความเป็นของเที่ยง เป็นสุข สวยงาม และเป็นอัตตา กิเลสจะหมดสิ้นไปได้ก็ด้วยการมองเห็นโทษของสังขารทั้งหลาย กล่าวคือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่สวยงาม และเป็นอนัตตานั้นแล

เนื่องเพราะการปฏิบัติเท่าที่ได้กระทำตราบจนบัดนี้ โยคาวจรสมควรเป็นผู้เห็นโทษของสังขารแล้ว แต่ญาณหยั่งรู้เช่นนั้น ยังมิใช่ญาณอันมีสมรรถนะเพียงพอต่อการกำจัดกิเลสโดยสมุจเฉทปหาน เพื่อมิให้กิเลสเกิดขึ้นใหม่ได้ ถ้าตั้งอยู่ในความประมาท เห็นอาการอันน่าพึงพอใจของสังขารเมื่อไร กิเลสในขันธสันดานของโยคาวจรที่ถูกข่มไว้ ย่อมมีโอกาสโผล่ขึ้นมาอีก ชื่อว่าบรรดาสังขารทั้งหลายแล้ว ย่อมมีทั้งด้านที่น่าพึงพอใจและทุกข์โทษทั้ง ๒ อย่าง ส่วนที่น่าพึงพอใจมีเพียงน้อยนิด ส่วนที่เป็นโทษนั้นยิ่งใหญ่นัก แต่ความน่าพึงใจมักปรากฏเด่นชัด ส่วนที่เป็นโทษแม้ยิ่งใหญ่เพียงใด มักถูกปิดบังเอาไว้ จึงเป็นการยากที่จะเห็นได้

สังขารทั้งหลายเป็นเหมือนขนมเจือยาพิษ ในขนมเจือยาพิษนั้นย่อมมีลักษณะอันน่าพึงพอใจอยู่ครบถ้วน เป็นที่น่ายินดีสำหรับตา จมูก และลิ้น ทั้งยังมีโทษอันยิ่งใหญ่ สามารถทำคนที่กลืนกินขนมนั้นลงไป ถึงกับตายได้ หรืออาจ

ทำให้ประสบกับความทุกข์แทบเจียนตายได้ โทษที่อยู่ในขนมนั้นมีมากมายยิ่งกว่าความน่าพึงพอใจเป็นร้อยเท่าพันเท่า แต่สิ่งที่ปรากฏเด่นชัดเป็นเพียงด้านที่น่าปรารถนาเท่านั้น ในทำนองเดียวกัน แม้ทุกข์โทษในสังขารทั้งหลายจะยิ่งใหญ่เพียงใด แต่จะให้มองเห็นได้นั้นเป็นเรื่องยากลำบากยิ่งนัก เพราะลักษณะอันน่าปรารถนามักปรากฏให้เห็นเด่นชัดอยู่เสมอ ทั้งยังปกปิดโทษนั้นๆเอาไว้ด้วยความน่าพึงพอใจที่มักซุกซ่อนโทษเอาไว้จนยากจะมองเห็นได้นั้น มีความสามารถเป็นอย่างยิ่งในการครอบงำจิตของสัตว์ และทำให้สัตว์ลุ่มหลง แม้โยคาวจรจะมองเห็นโทษที่ซุกซ่อนอยู่เบื้องหลังความน่าพึงพอใจของสังขารทั้งหลาย และเพียรพยายามเพื่อความหลุดพ้นจากสิ่งเหล่านั้นก็ตาม แต่ลักษณะอันน่าพึงพอใจนั้น ยังมีพลังฉุดลากจิตของเขาให้กลับมาอีกได้ เหตุนั้น โยคาวจรผู้ปรารถนาความหลุดพ้นจากสังขารทั้งหลาย ครั้นหยั่งรู้ความน่าปรารถนานั้นแล้ว ควรรีบเร่ง “จัดสรร” จิตของตน โดยอาการที่จิตจะไม่กลับไปลุ่มหลงในสังขารทั้งหลายอีก

กิจที่พึงกระทำในการจัดสรรจิต คือ ตามพิจารณาสังขารทั้งหลายอยู่เนืองนิตย์ จนสามารถมองเห็นอย่างละเอียดถี่ถ้วนถึงสภาวะอันเป็นโทษทั้งมวลในสังขารเหล่านั้น ซึ่งถูกปิดบังหรือซุกซ่อนไว้ เป็นต้นว่า ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ น่ารังเกียจ และเป็นอนัตตา ญาณหยั่งรู้ของโยคาวจรผู้ตามพิจารณาอยู่เช่นนั้น สามารถเห็นแจ้งในลักษณะของสังขารทั้งหลายอย่างพิสดาร มีความไม่เที่ยงเป็นอาทิ นั้นแหละเรียกว่า ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ ควรปฏิบัติจิตตภาวนาในไตรลักษณ์อย่างละเอียดโดยลำดับ ตามบทภาวนาที่แสดงไว้ข้างล่างนี้ เพื่อเจริญญาณดังกล่าวให้เกิดมีขึ้น

บทกำหนดภาวนา

เพราะไม่อาจดำรงอยู่ได้ตลอดกาล เพราะเป็นสภาวะชั่วคราว เพราะเป็นสิ่งที่แน่นอนด้วยสภาวะทั้ง ๒ คือ ความเกิดและความดับ สังขารทั้งหลายจึงไม่เที่ยง เพราะเป็นสภาวะบกพร่อง เพราะเป็นสภาวะแปรปรวน สังขารทั้งหลายจึงไม่เที่ยง เพราะไม่มีความมั่นคง

เพราะเป็นสภาวะไม่คงที่ เพราะไม่คงทน สังขารทั้งหลายจึงไม่เที่ยง เพราะเป็นสภาวะที่ต้องเสื่อมไป เพราะเป็นสภาวะที่จำต้องอาศัยเหตุปัจจัยจึงเกิดขึ้นได้ เพราะประกอบด้วยสภาวะที่ต้องตายลงไป สังขารทั้งหลายจึงไม่เที่ยง

เพราะเป็นสภาวะบีบคั้นอยู่เนืองนิตย์ เพราะเป็นสภาวะทนได้ยาก เพราะเป็นวัตถุให้เกิดทุกข์ สังขารทั้งหลายจึงเป็นทุกข์ เพราะเป็นรังแห่งโรค เพราะเป็นดังฝีร้าย เพราะเป็นดังแหลนหลาว สังขารทั้งหลายจึงเป็นทุกข์ เพราะเป็นบ่อเกิดแห่งบาป เพราะเป็นเครื่องกีดขวาง เพราะประกอบด้วยความวิบัติ สังขารทั้งหลายจึงเป็นทุกข์ เพราะนำมาซึ่งสิ่งมิใช่ประโยชน์โดยพลัน เพราะเป็นสภาวะน่าสะพรึงกลัว เพราะถูกความวิบัติติดตามอยู่ สังขารทั้งหลายจึงเป็นทุกข์ เพราะไม่มีสิ่งใดคุ้มครองรักษา เพราะไร้สถานที่พำนักอันปลอดภัย เพราะไร้ที่พึ่งพิง สังขารทั้งหลายจึงเป็นทุกข์ เพราะประกอบด้วยโทษ เพราะเป็นดังเพชฌฆาต สังขารทั้งหลายจึงเป็นทุกข์ เพราะเกื้อกูลแก่อาสวะกิเลส เพราะเป็นดังคำสาปของผู้ตาย เพราะประกอบด้วยสภาวะแห่งการเกิดขึ้น สังขารทั้งหลายจึงเป็นทุกข์ เพราะประกอบด้วยสภาวะแห่งความเสื่อม เพราะประกอบด้วยสภาวะให้เกิดโรค เพราะประกอบด้วยสภาวะให้เกิดโศก สังขารทั้งหลายจึงเป็นทุกข์ เพราะประกอบด้วยสภาวะให้ต้องร้องไห้ เพราะประกอบด้วยสภาวะนำมาซึ่งความเหน็ดเหนื่อยอย่างยิ่งแก่จิต เพราะเป็นสภาวะที่เศร้าหมองด้วยกิเลส สังขารทั้งหลายจึงเป็นทุกข์

เพราะไม่เป็นที่ชื่นใจ เพราะมีกลิ่นไม่น่าอภิรมย์ เพราะเป็นสิ่งปฏิกูลน่ารังเกียจ เพราะถ้าไม่ประดับตกแต่ง ย่อมไม่สวยงาม แม้ประดับตกแต่งแล้ว ยังไม่อาจปิดบังความน่ารังเกียจมิให้ปรากฏได้ เพราะมีความอัปลักษณ์ เพราะเพียงได้พบเห็นย่อมทำให้จิตใจขุ่นมัว สังขารทั้งหลายจึงเป็นอสุภะ

เพราะไม่เป็นไปตามใจของตน เพราะว่างเปล่าจากสภาวะที่

ชาวโลกยึดถือกันว่ามีอยู่ คือ ความเที่ยง ความสุข ความสวยงาม ความเป็นอัตตา เพราะเป็นของเล็กน้อย เพราะปราศจากสภาวะแห่งผู้กระทำหรือผู้เสวยผลของการกระทำ เพราะไม่มีเจ้าของ เพราะไม่มีผู้ใดเป็นใหญ่ เพราะเป็นไปโดยไม่อยู่ในอำนาจของใครๆ สังขารทั้งหลายจึงเป็นอนัตตา

ควรท่องจำบทภาวนานี้ไว้ และศึกษาความหมายให้เข้าใจเป็นอย่างดี แล้วจึงเริ่มเจริญภาวนาตามแนวทางนั้น ในที่นี้จะไม่อธิบายขยายความให้พิสดารยิ่งขึ้นไปอีก เพราะจะทำให้หนังสือมีขนาดใหญ่มากเกินไป

๘. สังขารุเปกขาญาณ

เมื่อได้เจริญภาวนาตามขบวนการพิจารณาลักษณะต่างๆ อันได้แก่ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอสุภะ เป็นอนัตตา ของสังขารทั้งหลาย ดังได้อธิบายมาแล้ว จนสามารถยังปฏิสังขานุปัสสนาญาณให้เกิดมีขึ้นได้ ณ บัดนี้ โยคาวจรพึงเริ่มการปฏิบัติเพื่อเจริญสังขารุเปกขาญาณให้เกิดมีขึ้นต่อไป สังขารุเปกขาญาณย่อมเกิดมีได้ ด้วยการกำหนดพิจารณา “สุญญตา” (ความว่างเปล่า) ของสังขารทั้งหลาย สุญญตานี้แหละ คือ สภาวะของสิ่งที่ถือกันว่าเป็นอัตตา (ตัวตน)

ในบรรดาไตรลักษณ์มีอนิจจลักษณะเป็นต้นนั้น ที่เข้าใจยากที่สุดเห็นจะเป็นอนัตตลักษณะ แม้ว่าที่ผ่านมา โยคาวจรจะได้เจริญอนัตตลักษณะโดยประการต่างๆหลายครั้งหลายหน เพื่อยังวิสุทธิหรือญาณทั้งหลายให้เกิดมีขึ้น แต่ตราบใดยังไม่สามารถหยั่งรู้อนัตตลักษณะ ย่อมไม่อาจมีความเข้าใจอย่างแท้จริงในสังขารได้ ดังนั้น เบื้องหน้าแต่นี้ไปพึงเจริญภาวนาด้วยการพิจารณาความว่างเปล่าหรืออนัตตลักษณะของสังขาร ตามแนวทาง ๒ นัย และ ๔ นัย เป็นต้น เพื่อให้มีความเข้าใจอย่างแท้จริง และเพื่อยังสังขารุเปกขาญาณให้เกิดมีขึ้น ดังบทภาวนาต่อไปนี้

บทภาวนาสุญญตาโดย ๒ นัย

ในมวลรวมแห่งสังขารธรรมนี้ ย่อมไม่มีสิ่งใดที่ควรยึดถือโดยความเป็นตัวเรา ทั้งไม่มีสิ่งใดที่ควรยึดถือว่าโดยความเป็นของๆเรา เหตุนั้น สังขารทั้งหลายเหล่านี้จึงว่างเปล่าจากสภาวะแห่งตัวตน และสภาวะแห่งความเป็นของๆตน

บทภาวนาสุญญตาโดย ๔ นัย

ในมวลรวมแห่งสังขารธรรมนี้ (ตัวเรา) ย่อมไม่มีสิ่งใดที่ควรยึดถือโดยความเป็นตัวเรา อัตตามิได้มีอยู่โดยความเป็นจริง ด้วยว่ามวลรวมแห่งสังขารนี้ ซึ่งโลกยึดถือโดยความเป็นอัตตา และเรียกว่า "ตัวเรา" นั้น จะเป็นของบุคคลใดบุคคลหนึ่งหามิได้ ทั้งมิใช่เป็นพี่น้องหรือญาติมิตรของบุคคลใดบุคคลหนึ่งด้วย

แม้ในมวลรวมแห่งสังขารธรรมอื่น (คนอื่น) ย่อมไม่มีสิ่งใดที่ควรยึดถือโดยความเป็นอัตตา เมื่อไม่มีอัตตา มวลรวมแห่งสังขารซึ่งโลกยึดถือในฐานะเป็นอัตตา ย่อมไม่อาจเป็นสมบัติของมวลรวมแห่งสังขารใด ซึ่งเรียกกันว่า "ตัวเรา" นี้ได้ เหล่าสังขารธรรมที่เรียกกันว่าตัวเรา นั้น มิใช่ญาติ มิใช่มิตรของใครๆหามิได้

สังขารธรรมกลุ่มหนึ่งย่อมไม่อาจเป็นสมบัติของสังขารธรรมอีกกลุ่มหนึ่ง ดุจดังทรายเม็ดหนึ่งไม่อาจเป็นสมบัติของทรายอีกเม็ดหนึ่งไปได้ แม้ความเป็นญาติกันหรือความเป็นมิตรกัน ย่อมไม่มีในระหว่างทรายเม็ดหนึ่งกับทรายอีกเม็ดหนึ่ง ดังหินก้อนหนึ่งย่อมไม่อาจเป็นสมบัติของหินอีกก้อนหนึ่งไปได้ แม้ความเป็นญาติหรือความเป็นมิตร ย่อมไม่มีในระหว่างหินก้อนหนึ่งกับหินอีกก้อนหนึ่งดุจกัน ในทำนองเดียวกันนั้นแหละ ความเป็นญาติหรือความเป็นมิตร โดยฐานะแห่งความเป็นจริง (โดยปรมัตถธรรม) ย่อมไม่มีในระหว่างสังขารธรรมกลุ่มหนึ่งกับสังขารธรรมอีกกลุ่มหนึ่ง แม้เช่นเดียวกัน

บทภาวนาสุญญตาโดย ๖ นัย

รูปเป็นธรรมที่ว่างเปล่าจากสภาวะแห่งความเป็นอัตตา สภาวะแห่งความเป็นสมบัติของอัตตา สภาวะอันไม่แตกดับ สภาวะซึ่งไม่หวั่นไหว สภาวะซึ่งดำรงอยู่ตลอดกาล และสภาวะที่ไม่แปรเปลี่ยนไป

เวทนา ฯลฯ

สัญญา ฯลฯ

สังขาร ฯลฯ

วิญญาณเป็นธรรมที่ว่างเปล่าจากสภาวะแห่งความเป็นอัตตา สภาวะแห่งความเป็นสมบัติของอัตตา สภาวะอันไม่แตกดับ สภาวะซึ่งไม่หวั่นไหว สภาวะซึ่งดำรงอยู่ตลอดกาล และสภาวะที่ไม่แปรเปลี่ยนไป

(ในการเจริญภาวนาเกี่ยวกับอายตนะและธาตุเป็นต้น พึงใช้ข้อความเดียวกันนี้ และปรับเปลี่ยนได้ตามสมควร)

บทภาวนาสุญญตาโดย ๘ นัย

ต้นอ้อเป็นพืชไม่มีแก่น ไม่อาจเกิดเป็นแก่นขึ้นมาได้ และปราศจากความเป็นแก่นใดๆ ต้นละหุ่ง ต้นมะเดื่อ ต้นกุ่ม ต้นทองหลาง กลุ่มฝ้าบนพื้นผิวน้ำ ฟองน้ำ พยับแดด ต้นกล้วย และมายาการ ย่อมไม่มีแก่น ไม่เกิดเป็นแก่นขึ้นมาได้ และปราศจากความเป็นแก่นใดๆ ข้อนี้แม้ฉันใด โดยอาการเดียวกันนั้นแหละ รูปย่อมไม่มีแก่นสาร ไม่อาจเกิดเป็นแก่นสารขึ้นมาได้ และปราศจากความเป็นแก่นสารใดๆ ด้วยประการทั้งปวง ทั้งโดยความเป็นแก่นสารอันเที่ยงแท้ โดยความเป็นแก่นสารอันคงทนถาวร โดยความเป็นแก่นสารอันเป็นสุข โดยความเป็นแก่นสารอันเป็นตัวตน และทั้งโดยความเป็นแก่นสารด้วยสภาวะเที่ยงแท้ โดยความเป็นแก่นสารด้วยสภาวะคงทนถาวร โดยความเป็นแก่นสารด้วยสภาวะที่ยั่งยืน โดยความเป็นแก่นสารด้วยสภาวะไม่แปรปรวนเป็นอื่น แม้ฉันนั้น

.... เวทนา ....

.... สัญญา ....

.... สังขาร ....

ต้นอ้อเป็นพืชไม่มีแก่น ไม่อาจเกิดเป็นแก่นขึ้นมาได้ และปราศจากความเป็นแก่นใดๆ ต้นละหุ่ง ต้นมะเดื่อ ต้นกุ่ม ต้นทองหลาง กลุ่มฟองฝ้าบนพื้นผิวน้ำ ฟองน้ำ พยับแดด ต้นกล้วย และมายาการย่อมไม่มีแก่น ไม่เกิดเป็นแก่นขึ้นมาได้ และปราศจากความเป็นแก่นใดๆ ข้อนี้แม้ฉันใด โดยอาการเดียวกันนั้นแหละ วิญญาณย่อมไม่มีแก่นสาร ไม่อาจเกิดเป็นแก่นสารขึ้นมาได้ และปราศจากความเป็นแก่นสารใดๆด้วยประการทั้งปวง ทั้งโดยความเป็นแก่นสารอันเที่ยงแท้ โดยความเป็นแก่นสารอันคงทนถาวร โดยความเป็นแก่นสารอันเป็นสุข โดยความเป็นแก่นสารอันเป็นตัวตน และทั้งโดยความเป็นแก่นสารด้วยสภาวะเที่ยงแท้ โดยความเป็นแก่นสารด้วยสภาวะคงทนถาวร โดยความเป็นแก่นสารด้วยสภาวะที่ยั่งยืน โดยความเป็นแก่นสารด้วยสภาวะไม่แปรปรวนเป็นอื่น แม้ฉันนั้น

(ในการเจริญภาวนาเกี่ยวกับอายตนะและธาตุเป็นต้น พึงใช้ข้อความเดียวกันนี้ และปรับเปลี่ยนได้ตามสมควร)

บทภาวนาสุญญตาโดย ๑๐ นัย

รูปเป็นธรรมที่ว่างเปล่าจากความเป็นแก่นสาร มีความเที่ยงแท้เป็นต้น เพราะว่างเปล่าจึงไร้ค่า ไร้ความเป็นแก่นสารแห่งตัวตน ทั้งรูปเองก็มิใช่ตัวตนด้วย และไม่มีความเป็นใหญ่ในสิ่งอื่นใด ทั้งสิ่งอื่นใดก็ไม่มีความเป็นใหญ่ในรูป แผ่นฝ้าบนพื้นผิวน้ำย่อมไม่อาจเข้าสู่ความเป็นภาชนะได้ (เอามาปั้นเป็นภาชนะไม่ได้) แม้ฉันใด รูปย่อมไม่อาจเข้าสู่สภาวะแห่งความเที่ยง ความสวยงาม ความสุข และความเป็นตัวตนได้ ด้วยอำนาจความต้องการของใครๆ แม้ฉันนั้น สภาวะดังกล่าวย่อมไม่อาจเป็นไปตามความปรารถนาของใครคนใดคนหนึ่งว่า "จงเป็นดังนี้นั้นแหละ จงอย่าเป็นอย่างอื่นเลย" ดังนี้ รูปจึงไม่เป็น

ไปในอำนาจของบุคคลอื่นใด แม้อยู่ในอัตภาพของตนเอง ยังไม่เป็นไปในอำนาจของตนเองได้ เหตุนั้น รูปจึงเป็นเหมือนสิ่งอื่นจากตนเอง ย่อมว่างเปล่าจากความเป็นแก่นสารใดๆในภายใน

เวทนา ฯลฯ

สัญญา ฯลฯ

สังขาร ฯลฯ

วิญญาณ ฯลฯ

(ในการเจริญภาวนาเกี่ยวกับอายตนะและธาตุเป็นต้น พึงใช้ข้อความเดียวกันนี้ และปรับเปลี่ยนได้ตามสมควร)

บทภาวนาสุญญตาโดย ๑๒ นัย

รูปมิใช่สัตว์บุคคล มิใช่ชีวะ มิใช่สัตว์นรก มิใช่มนุษย์ มิใช่สตรี มิใช่บุรุษ มิใช่อัตตา มิใช่เป็นของๆอัตตา มิใช่ตัวเรา มิใช่เป็นของๆเรา มิใช่เป็นของๆบุคคลอื่น ทั้งมิใช่เป็นของใครๆด้วย

เวทนา ฯลฯ

สัญญา ฯลฯ

สังขาร ฯลฯ

วิญญาณมิใช่สัตว์บุคคล มิใช่ชีวะ มิใช่สัตว์นรก มิใช่มนุษย์ มิใช่สตรี มิใช่บุรุษ มิใช่อัตตา มิใช่เป็นของๆอัตตา มิใช่ตัวเรา มิใช่เป็นของๆเรา มิใช่เป็นของๆบุคคลอื่น ทั้งมิใช่เป็นของใครๆด้วย

(พึงปรับเปลี่ยนข้อความในการเจริญภาวนาเกี่ยวกับอายตนะและธาตุเป็นต้น)

บทภาวนาสุญญตาโดย ๔๒ นัย

รูปไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นรังแห่งโรค เป็นฝีร้าย เป็นแหลนหลาว เป็นสิ่งเลว เป็นเครื่องกีดขวาง เป็นสิ่งอื่นจากตนเอง เป็นสิ่ง

พร่อง เป็นสิ่งนำความวิบัติมาให้ เป็นเหตุขัดข้อง เป็นภัย เป็นสิ่งซึ่งถูกภาวะอันมิใช่ประโยชน์ติดตามอยู่ เป็นสิ่งโยกคลอนหวั่นไหว เป็นสิ่งแตกสลาย เป็นสิ่งไม่มั่นคง เป็นสิ่งไร้ความคุ้มครองรักษา เป็นสิ่งไร้ที่พำนักอันปลอดภัย เป็นสิ่งไร้ที่พึ่งพิง เป็นสิ่งที่บุคคลไม่พึงเข้าไปพึ่งพิงอาศัย เป็นสิ่งว่างเปล่าจากสภาวะทั้งหลายมีความเที่ยงเป็นอาทิ เป็นสภาวะว่างเปล่าจากเจ้าของ ผู้กระทำ หรือผู้เสวยผลของการกระทำเป็นต้น เพราะว่างเปล่าจึงไร้แก่นสาร มิใช่ตัวตน ปราศจาก "รสอร่อย" เป็นโทษ เป็นสภาวะแปรปรวน ไร้สาระ เป็นมูลเหตุแห่งบาป เป็นเพชฌฆาต เป็นสิ่งนำไปสู่ความพินาศ เป็นสิ่งเกื้อกูลต่ออาสวะกิเลส เป็นสิ่งถูกกระทำโดยเหตุปัจจัย เป็นคำสาปของคนตาย มีสภาวะแห่งการเกิดขึ้น มีสภาวะแห่งความแก่ชรา มีสภาวะแห่งการเกิดของโรคภัย มีสภาวะแห่งความตาย มีสภาวะทำให้เกิดความเศร้าโศก ปริเทวนาการ ความทุกข์ ความโทมนัส และความคับแค้นใจ เป็นความอุบัติขึ้น เป็นความแตกดับไป เป็นสิ่งที่ไม่ควรยึดติดหลงใหล

เวทนา ฯลฯ
สัญญา ฯลฯ
สังขาร ฯลฯ
วิญญาณ ฯลฯ

(ในการเจริญภาวนาเกี่ยวกับอายตนะและธาตุ เป็นต้น พึงใช้ข้อความเดียว กันนี้ และปรับเปลี่ยนได้ตามสมควร)

ข้อความสำหรับเจริญภาวนานี้ควรได้รับการอธิบายขยายความ แต่ไม่ได้อธิบายไว้ในที่นี้เพราะจะทำให้หนังสือใหญ่เกินไป ขอโยคาวจรเพียรทำความเข้าใจให้จงดี และหมั่นเจริญภาวนาเถิด*

ถ้าความเดือดร้อนหรือสภาวะบีบคั้น พึงบังเกิดแก่บุคคลเนื่องเพราะความยึดมั่นในสิ่งใดโดยความเป็นอัตตาว่า นั่นเป็น "ตัวเรา" ดังนี้ สิ่งนั้นย่อมปรากฏแก่เขาโดยความเป็นอาทีนวะหรือทุกข์โทษ หรือโดยความเป็นอันตราย

* ดูหนังสือ *มหาวิปัสสนาภาวนา ๔๐ แนวทาง*

โดยความเป็นสภาวะน่าสะดุ้งกลัว โดยความเป็นของน่าเบื่อหน่าย เหตุเพราะความสำคัญมั่นหมายในตัวตนโดยแท้ เขาจึงได้รับความทุกข์เดือดร้อนเพราะอัตตา ต่อแต่นั้น ความดำริเพื่อหลุดพ้นจึงเกิดมีขึ้น พิจารณาในแง่นี้จะเห็นได้ว่า ญาณหยั่งรู้ทั้งหลายซึ่งโยคาวจรได้เจริญให้เกิดมีขึ้นแล้วในบัดนี้ อันได้แก่ ภยตูปัฏฐานญาณ อาทีนวานุปัสสนาญาณ นิพพิทานุปัสสนาญาณ และมุญจิตุกัมยตาญาณนั้น ในแง่หนึ่งถือได้ว่า เป็นญาณที่เกิดขึ้นโดยสัมพันธ์กันกับสักกายทิฏฐิ อันเป็นอนุสัย เหตุฉะนี้แหละ ญาณดังกล่าวเหล่านั้นจึงไม่มีกำลังเพียงพอต่อการกำจัดสักกายทิฏฐิ ซึ่งขัดขวางความรู้แจ้งในอริยสัจ และเป็นอุปสรรคต่อการเข้าถึงพระนิพพานให้หมดสิ้นไปได้ ส่วนญาณที่สามารถกำจัดสักกายทิฏฐิให้หมดสิ้นไป ได้แก่ปฏิสังขานุปัสสนาญาณนั้นเอง

เมื่อได้เพียรปฏิบัติเพื่อยังปฏิสังขานุปัสสนาญาณให้เจริญแก่กล้ายิ่งขึ้น โดยการพิจารณาความว่างเปล่าจากตัวตน ตามกรรมวิธีเป็นอเนกประการมีการเจริญภาวนาโดยนัย ๒ และนัย ๔ เป็นอาทิ ดังกล่าวมาแล้ว ครั้นสักกายทิฏฐิถูกละทำลายลงไปอยู่เรื่อยๆ ความหลงใหลและความหวาดกลัวอันเนื่องด้วยสังขารย่อมลดน้อยลงไปด้วยเช่นกัน ความเห็นอันเป็นกลางเกี่ยวกับสังขารย่อมเกิดขึ้นแก่โยคาวจร นับแต่นั้นไป เขาย่อมไม่ถือสังขารโดยความเป็น “ตัวเรา” หรือ “ของๆเรา” จิตของโยคาวจรในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสังขาร ย่อมเป็นดังจิตของบุรุษผู้ประจักษ์แจ้งในความผิดของภรรยา และได้ละวางปลีกตนจากภรรยานั้นไปเสียแล้ว

อันบุรุษผู้มีภรรยาสวยงามอยู่ในวัยสาวแรกรุ่น ย่อมหลงใหลในภรรยานั้น ไม่อาจอดทนต่อการแยกจากกันได้แม้เพียงวันเดียว ถ้าแม้นได้เห็นภรรยาของตนชายตามองดูบุรุษอื่น หรือพูดจายั่วเย้าและยิ้มยั่วยวนให้ชายอื่น ความโทมนัสเป็นอันมากย่อมบังเกิดขึ้นแก่เขา ครั้นบุรุษนั้นได้ประจักษ์ชัดถึงความผิดของภรรยาที่ตนหลงใหลเห็นปานนี้ ถ้าหากเขาพึงเพิกถอนสตรีนั้นเสียจากความเป็นภรรยาของตนได้แล้วไซร้ ในภายหลัง แม้เห็นสตรีนั้นประพฤติเยี่ยงไรกับบุรุษใดๆก็ตาม ความโทมนัสย่อมไม่บังเกิดขึ้นแก่เขา และจิตของเขาย่อมดำรงอยู่โดยความเป็นกลางๆในสตรีนั้นแล

ในทำนองเดียวกัน เมื่อได้พิจารณาดูสังขารทั้งหลายด้วยปฏิสังขานุปัสสนาญาณแล้ว ครั้นได้เห็นความไม่มีแก่นสารใดๆอันจักพึงเข้าไปยึดถือโดยความเป็นตัวตนก็ดี หรือเป็นของๆตนก็ดี โยคาวจรย่อมกำจัดความยึดติดและความกลัว (โทมนัส) สามารถวางจิตเป็นกลางๆในสภาวธรรมเหล่านั้นได้ จิตของเขาย่อมไม่ถูกลากจูงไป แม้ด้วยทรัพย์สมบัติของพระราชาหรือมหาเศรษฐี ไม่แม้กระทั่งด้วยสมบัติในเทวโลกและพรหมโลก จิตของเขาย่อมไม่ปรารถนาเพื่อทำภพทั้ง ๓ ให้ยืดยาวออกไป มีแต่จะทำให้หดสั้นเข้า เหมือนขนนก หรือชิ้นแผ่นหนัง หรือปอยผมที่ทิ้งลงไปในกองไฟ ภพชาติหรือกองแห่งสังขารย่อมปรากฏแก่เขาโดยความเป็นกลางๆ หรือโดยความเป็นของน่าเกลียด เมื่อเป็นเช่นนี้ ย่อมเป็นอันกล่าวได้ว่า สังขารุเปกขาญาณได้บังเกิดขึ้นแล้วแก่โยคาวจรนั้น

โยคาวจรผู้ได้บรรลุสังขารุเปกขาญาณ ย่อมปรารถนาเพื่อยังสังสารวัฏให้หดสั้นลง ไม่ให้ยืดยาวอีกต่อไป ถ้าแม้นว่าจิตได้สัมผัสกับนิพพานธาตุอันเป็นโลกุตตระ และสามารถเข้าถึงพระนิพพานโดยการยึดเอาเป็นอารมณ์ เขาย่อมรู้ว่า อารมณ์นั้นสงบยิ่งนัก ประณีตยิ่งนัก อนึ่ง แม้ว่าจิตของโยคาวจรจะเพิกถอนจากสังขารทั้งหลาย หรือปล่อยวางจากการเสาะแสวงหาสังขาร (ฝ่ายโลกีย์) สักเพียงใด ตราบใดยังไม่เห็นพระนิพพาน และไม่มีอารมณ์อื่นใดให้เป็นที่ตั้งของจิต หรือยังจิตให้เกิดขึ้นและเป็นไป จิตของโยคาวจรนั้นย่อมมีปกติโลดแล่นไปสู่สังขารอยู่เป็นนิตย์เลยทีเดียว พระบูรพาจารย์แสดงอาการของจิตที่เป็นไปในช่วงนี้ ด้วยอุปมาเปรียบเทียบกับอีกาหาทิศทาง ดังต่อไปนี้

ในสมัยโบราณ นักเดินเรือข้ามมหาสมุทรมักนำเอาอีกาหรือนกชนิดอื่นๆติดเรือไปด้วย ทั้งนี้เพื่อใช้ประโยชน์ในเวลาหลงทาง คือถ้าหลงทางกลางมหาสมุทร ไม่สามารถกำหนดทิศทางได้ ในเวลาเช่นนั้น พวกเขาจะปล่อยอีกาออกไป อีกาจะเที่ยวบินวนไปมาทางด้านนั้นด้านนี้ ถ้าเห็นพื้นดินหรือเกาะ ย่อมบินแน่วไปยังที่นั้นเลยทีเดียว ไม่กลับมายังเรืออีก ถ้าไม่พบพื้นดิน ก็จะกลับมายังเรืออยู่ร่ำไป และเกาะอยู่บนเสากระโดงนั้นเอง จิตของโยคาวจรย่อมเป็นดังอีกาหาทิศทางนั้นแหละ กล่าวคือ ถ้าได้เห็นพระนิพพาน ย่อมน้อมนำพระนิพพานนั้นมาเป็นอารมณ์ แต่ถ้ายังไม่ได้เห็นพระนิพพาน ก็จำต้องกลับมายึด

เอาสังขารนั้นแหละเป็นอารมณ์ เพราะไม่มีอารมณ์อื่นให้ยึดเหนี่ยว

โยคาวจรย่อมเพียรค้นหาพระนิพพาน และจะพบเห็นพระนิพพานได้ ก็ด้วยการตามพิจารณาไตรลักษณ์นั้นเอง ดังนั้น เมื่อมาถึงขั้นตอนนี้ โยคาวจรพึงละวางการเจริญภาวนาด้วยสุญญตาตามที่ได้ปฏิบัติมาโดยนัย ๒ หรือโดยนัย ๔ เป็นต้น แล้วหวนกลับมาเจริญไตรลักษณ์ มีอนิจจลักษณะเป็นอาทิอีกครั้งหนึ่ง ในการพิจารณาไตรลักษณ์คราวนี้ จะกำหนดพิจารณาสังขารทั้งหลายในอัตภาพของตนอย่างเดียวย่อมไม่เป็นการเพียงพอ จึงควรตามพิจารณาไตรลักษณ์ทั้งที่เป็นไปในอัตภาพของตนเองด้วย และเป็นไปในอัตภาพของสัตว์บุคคลอื่น ตลอดจนสังขารทั้งหลายภายนอกโดยทั่วไปด้วย เมื่อตามพิจารณาอยู่อย่างนี้ พึงกำหนดพิจารณาแยกกันเป็นส่วนๆ โดยความเป็นรูป เวทนา เป็นต้น ทั้งควรกำหนดพิจารณาสังขารทั้งปวงโดยความเป็นหนึ่งเดียวด้วยเช่นกัน

ประตูสู่วิโมกข์ และ วิโมกข์

ถึงขั้นนี้แล้ว โยคาวจรผู้ได้บรรลุสังขารุเปกขาญาณ ย่อมสามารถกำหนดไตรลักษณ์ได้อย่างไม่ยากเย็นเลย เพราะได้ผ่านการฝึกฝนเป็นอย่างดีมาก่อนหลายครั้งหลายหนแล้ว ในขบวนการพิจารณาไตรลักษณ์แห่งสังขารทั้งหลายโดยนัยเป็นอเนก บัดนี้ เขาเป็นผู้ยืนอยู่ใกล้หนทางเข้าสู่มรรคผลเป็นอย่างยิ่งแล้ว ที่เหลืออยู่มีเพียงการเจริญสัจจานุโลมิกญาณและโคตรภูญาณเท่านั้น ซึ่งการยังญาณเหล่านั้นให้เกิดมีขึ้น หามีบทภาวนาเป็นพิเศษแต่อย่างใดไม่ กิจที่ต้องปฏิบัติมีเพียงตามพิจารณาไตรลักษณ์ต่อไปนั่นเอง

มรรคญาณเป็นญาณรู้แจ้งในพระนิพพานอย่างประจักษ์ชัดที่สุด แท้จริงแล้ว พระนิพพานเป็นสภาวธรรมที่ละเอียดอ่อนเป็นอย่างยิ่ง และเห็นได้ยากยิ่งเป็นที่สุด อันวัตถุสิ่งของที่ถูกสิ่งใดปกปิดเอาไว้ ครั้นเอาสิ่งที่ปกคลุมออก วัตถุย่อมปรากฏขึ้น แต่นิพพานธาตุนั้นใช่ว่าอยู่ๆจะปรากฏขึ้นเองแก่โยคาวจรในวันใดวันหนึ่งหามิได้ วิธีการจะแสวงหาพระนิพพานให้พบได้ ก็ด้วยการเจริญ *อนุปัสสนา* ทั้ง ๓ ประการ กล่าวคือ อนิจจานุปัสสนา ทุกขานุปัสสนา และอนัตตานุปัสสนา เท่านั้น

อนิจจานุปัสสนา ได้แก่ การตามดูอนิจจลักษณะในสังขารทั้งหลาย ทุกขานุปัสสนา คือ การตามดูทุกขลักษณะในสังขารทั้งหลาย อนัตตานุปัสสนา หมายถึง การตามดูอนัตตลักษณะในสังขารทั้งหลาย แต่บรรดาลักษณะทั้ง ๓ นั้น แต่ละอย่างจะปรากฏชัดเจนเสมอเหมือนกันแก่โยคาวจร ผู้เป็นอยู่ด้วยการพิจารณาอนิจจลักษณะเป็นต้นก็หาไม่ โยคาวจรบางคนเห็นอนิจจลักษณะได้ชัดเจนกว่า โยคาวจรบางคนเห็นทุกขลักษณะได้ชัดเจนกว่า และโยคาวจรบางคนเห็นอนัตตลักษณะได้ชัดเจนกว่า

ครั้นบรรลุโอกาสอันควร โยคาวจรผู้เห็นอนิจจลักษณะได้อย่างชัดเจนกว่าลักษณะอื่นๆ ย่อมเห็นนิพพานธาตุประดุจเป็นสภาวะที่เที่ยงแท้ หรือสภาวะมั่นคงถาวรอย่างหนึ่ง ตรงกันข้ามกับอนิจจลักษณะ ซึ่งปรากฏแก่เขาในขณะเจริญอนิจจานุปัสสนา โยคาวจรผู้เห็นทุกขลักษณะได้อย่างชัดเจนกว่าลักษณะอื่นๆ ย่อมเห็นนิพพานธาตุประดุจเป็นสภาวะชนิดหนึ่งที่มีแต่ความสุข ตรงกันข้ามกับทุกขลักษณะ ซึ่งปรากฏแก่เขาในขณะเจริญทุกขานุปัสสนา ส่วนโยคาวจรผู้เห็นอนัตตลักษณะได้อย่างชัดเจนกว่าลักษณะอื่นๆ ย่อมเห็นนิพพานธาตุด้วยอำนาจแห่งอนัตตานุปัสสนา คือ เห็นนิพพานธาตุประดุจเป็นสภาวะที่บริบูรณ์พร้อม ประกอบด้วยคุณลักษณะมีความเที่ยงและความสุขเป็นต้น ตรงกันข้ามกับสภาวะอันว่างเปล่าของสังขารทั้งหลาย

แท้จริงแล้ว แม้แต่อนัตตสภาวะย่อมไม่มีในพระนิพพาน

โลกุตตรมรรคได้ชื่อว่า *วิโมกข์* เพราะพ้นแล้วหรือออกไปแล้วจากกิเลส จึงอยู่เหนือโลกียวิสัย วิโมกข์มี ๓ ประเภท คือ อนิมิตตวิโมกข์ อัปปณิหิตวิโมกข์ และสุญญตวิโมกข์ ส่วนขบวนการเจริญวิปัสสนาทั้ง ๓ แนวทาง คือ อนิจจานุปัสสนา ทุกขานุปัสสนา และอนัตตานุปัสสนาเหล่านี้ ได้ชื่อว่า ประตูสู่วิโมกข์ เพราะเป็นธรรมที่น้อมนำผู้ปฏิบัติไปสู่โลกุตตรมรรค

โลกุตตรมรรคญาณได้ชื่อว่า *วุฏฐานะ* เพราะออกไปแล้วจากกิเลสหรือจากโลก สังขารุเปกขาญาณที่เจริญแก่กล้าแล้วได้ชื่อว่า *วุฏฐานคามินีวิปัสสนา* เพราะน้อมนำไปสู่มรรค กล่าวคือ การออกไป (จากกิเลส) ครั้นเห็นแจ้งพระนิพพานและทำลายละกิเลสโดยความเป็นสมุจเฉทปหานแล้ว โลกุตตรมรรค

ญาณย่อมเกิดมีขึ้นด้วยอำนาจแห่งวุฏฐานคามินีวิปัสสนานั่นเอง โยคาวจรไม่อาจกำหนดลักษณะทั้ง ๓ มีอนิจจลักษณะเป็นต้น พร้อมกันไปทั้ง ๓ ลักษณะ ด้วยจิตดวงเดียวกันได้ เมื่อตามกำหนดพิจารณาลักษณะแต่ละอย่าง มีอนิจจลักษณะเป็นต้น ด้วยสังขารุเปกขาญาณ โลกุตตรมรรคจิตย่อมหยั่งลงตามฐานะแห่ง "อนุปัสสนา" ซึ่งมีกำลังแรงสามารถตัดขาดกิเลสเป็นสมุจเฉทปหานด้วยอำนาจแห่งญาณนั้น แม้จะกล่าวในที่นี้ว่า เห็นพระนิพพานและตัดกิเลสด้วยมรรคจิตก็ตาม แต่การปหานกิเลสที่เกิดขึ้นด้วยมรรคจิตนั้น แท้จริงเป็นการตอกย้ำการทำลายละกิเลสในเบื้องต้น ด้วยอำนาจแห่งวิปัสสนาญาณ ให้มั่นคงเด็ดขาดนั่นเอง ธรรมที่ทำลายละกิเลสทั้งหลายเป็นปฐม ได้แก่ บุรพภาควิปัสสนาญาณ

สังขารทั้งหลายได้ชื่อว่า *นิมิต (นิมิตต์)* เพราะเป็นแดนเกิดแห่ง "บัญญัติ" คือ อาศัยสังขารทั้งหลายจึงเกิดความสำคัญมั่นหมายว่า สิ่งเหล่านี้มีอยู่ เช่น ตัวเรา มารดา บิดา พี่น้อง สตรี บุรุษ ศีรษะ มือ เท้า บ้านเรือน เสื้อผ้า เป็นต้น แม้โดยความเป็นจริงแล้ว สิ่งเหล่านั้นมิได้มีอยู่ก็ตาม อันที่จริง กิเลสทั้งหลายย่อมเกิดขึ้นเพราะสังขารหามิได้ แต่ย่อมเกิดขึ้นเพราะนิมิตหมายแห่งสังขาร เมื่อญาณหยั่งรู้อนิจจลักษณะเห็นอาการแตกดับของสังขารอย่างชัดเจน ดุจเห็นฟองน้ำแตกทำลายไป โยคาวจรย่อมตระหนักชัดว่า สิ่งที่เคยหลงเข้าใจในกาลก่อนด้วยอำนาจของนิมิตหมายแห่งสังขาร ในฐานะเป็นสิ่งที่ดำรงตั้งอยู่อย่างถาวร โดยความเป็นสัตว์บุคคลหรือวัตถุสิ่งของนั้น แท้จริงเป็นเพียงสังขารที่เกิดดับๆอยู่เป็นนิตย์ จึงสามารถเพิกถอนนิมิตแห่งสังขารเสียได้ ซึ่งแต่เดิมเคยยึดมั่นและถือเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง เมื่อเป็นเช่นนี้ ญาณหยั่งรู้ความไม่เที่ยงย่อมเกิดขึ้นจากการเพิกถอนนิมิตแห่งสังขารนั้นแหละ เนื่องเพราะนิมิตหมายแห่งสังขารซึ่งปรากฏโดยอาการเป็นตัวเรา หรือเป็นมารดาบิดาเป็นต้นเหล่านั้นถูกเพิกถอนเสียแล้วจากจิตของโยคาวจร กิเลสทั้งหลายมีสักกายทิฏฐิเป็นต้นซึ่งอาศัยนิมิตหมายเหล่านั้นเกิดขึ้น ย่อมถูกเพิกถอนออกจากจิต หรือถูกทำลายไปด้วยเช่นกัน

เพราะการปหานกิเลสอันเกิดจากญาณหยั่งรู้อนิจจลักษณะนั้นเอง โลกุตตรมรรคจิตซึ่งเห็นแจ้งพระนิพพาน และทำลายละกิเลสเหล่านั้นอย่าง

เด็ดขาด จนไม่อาจเกิดมีขึ้นได้ในเบื้องหน้า จึงหยั่งลงเป็นอันดับต่อมา เหตุเพราะญาณหยั่งรู้อนิจจลักษณะนั้นเกื้อกูลต่อการหยั่งลงของโลกุตตรมรรคจิตทั้งจากการทำลายละ และจากการเพิกถอนนิมิตหมายแห่งสังขารเสียได้ จึงจัดว่าเป็น "ประตูสู่วิโมกข์" โดยมีชื่อเรียกว่า อนิมิตตานุปัสสนา ดังนี้ โลกุตตรมรรคซึ่งเกิดขึ้นเพราะอาศัยอนิมิตตานุปัสสนา ย่อมได้ชื่อว่า อนิมิตตวิโมกข์

ครั้นรู้แจ้งในทุกขลักษณะของสังขารทั้งหลายอย่างชัดเจน โยคาวจรย่อมประจักษ์ชัดว่า สังขารเป็นสภาวะน่าสะดุ้งกลัว และน่ารังเกียจโดยแท้ หาใช่สภาวะที่พึงลุ่มหลงมัวเมาไม่ เป็นเหตุให้ความยึดติดในสังขารทั้งหลายหมดสิ้นไป ทั้ง *ปณิธิ* (ความปรารถนา) เกี่ยวกับสังขารย่อมหมดสิ้นไปด้วย บางครั้งทุกขานุปัสสนาญาณอันมีกำลังกล้าย่อมเกิดขึ้นแก่โยคาวจร สามารถกำจัดปณิธิเกี่ยวกับสังขารให้หมดไปได้ ทำให้โลกุตตรมรรคจิตหยั่งลงเพราะเหตุนั้น ทุกขานุปัสสนาซึ่งยังโลกุตตรมรรคให้เกิดขึ้นเพราะเห็นความทุกข์ สามารถลดละปณิธิและหลุดพ้นจากปณิธิได้นี้แล เป็นประตูสู่วิโมกข์ซึ่งมีชื่อเรียกว่า อัปปณิหิตานุปัสสนา และโลกุตตรมรรคซึ่งเกิดขึ้นเพราะเหตุนั้น หรือเกิดขึ้นจากการปฏิบัตินั้น มีชื่อเรียกว่า อัปปณิหิตวิโมกข์

โยคาวจรผู้รู้แจ้งอนัตตลักษณะในสังขารทั้งหลายเป็นอย่างดี ย่อมประจักษ์ชัดว่า หามีสิ่งใดๆที่ควรยึดถือโดยความเป็นตัวตนหรือเป็นสัตว์บุคคลแต่อย่างใดไม่ ลำดับนั้น กิเลสทั้งหลายมีสักกายทิฏฐิเป็นต้นย่อมบรรเทาเบาบางลงไป บางครั้งญาณหยั่งรู้อนัตตาอันมีกำลังแรงกล้า สามารถทำลายละกิเลสเสียได้ ย่อมเกิดขึ้นแก่โยคาวจร เป็นเหตุให้โลกุตตรมรรคจิตหยั่งลงในลำดับนั้น ญาณหยั่งรู้อนัตตาอันมีกำลังกล้านี้แหละ เป็นความเห็นแจ้งความว่างเปล่าแห่งอัตตา (ไม่มีตัวตน) ของสังขารทั้งหลาย สามารถทำลายกิเลสและน้อมนำไปสู่โลกุตตรมรรคได้ เหตุนั้น ประตูสู่วิโมกข์นี้จึงมีชื่อเรียกว่า สุญญตานุปัสสนา ส่วนโลกุตตรมรรคซึ่งหยั่งลงจากการปฏิบัตินั้น หรือเพราะอาศัยเหตุนั้น มีชื่อว่า สุญญตวิโมกข์ ดังนั้น โลกุตตรมรรคจึงมี ๓ ประการ ด้วยอำนาจแห่งอนุปัสสนาอันเป็นไปโดยอาการทั้ง ๓ เหล่านี้แล

๙. สัจจานุโลมิกญาณ

การเจริญสัจจานุโลมิกญาณให้เกิดมีขึ้นนั้น หาได้มีแนวทางการปฏิบัติเป็นพิเศษแต่อย่างใดไม่ นอกจากเพียรกำหนดไตรลักษณ์ด้วยสังขารุเปกขาญาณต่อไปอย่างต่อเนื่องเท่านั้น ครั้นพิจารณาสังขารด้วยสังขารุเปกขาญาณอยู่อย่างนี้ ศรัทธาอันมีกำลังกล้าย่อมเกิดมีขึ้นแก่โยคาวจร ความเพียรอันแรงกล้าย่อมเกิดมีขึ้น สติอันมั่นคงย่อมเกิดมีขึ้น และสมาธิแน่วแน่อันมีกำลังกล้าย่อมเกิดมีขึ้นเช่นกัน เมื่อเป็นเช่นนี้ สังขารุเปกขาญาณย่อมมีกำลังแหลมคมมากยิ่งขึ้น จิตอันประกอบด้วยสังขารุเปกขาญาณของโยคาวจร ย่อมเจริญยิ่งขึ้นไปอีกและมีความแหลมคมเป็นอย่างยิ่ง ในขณะนั้น สังขารุเปกขาญาณย่อมบรรลุถึงจุดที่ใกล้ต่อการเข้าสู่มรรคอย่างที่สุด ย่อมพิจารณาสังขารทั้งหลายอยู่โดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แล้วหยั่งลงสู่ขณะจิตอันเป็นภวังค์

ในลำดับต่อไป ครั้นโยคาวจรใช้สังขารุเปกขาญาณพิจารณาสังขารเป็นอารมณ์ โดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา อยู่อย่างนั้นมโนทวาราวัชชนจิตย่อมเกิดขึ้นแก่โยคาวจรนั้น และชวนจิต (อ่าน ชะวะนะจิด) ย่อมเกิดติดตามมาเป็นอันดับต่อไป โดยถือเอาสังขารนั้นแลเป็นอารมณ์ ดุจเดียวกับมโนทวาราวัชชนจิตซึ่งถือเอาสังขารเป็นอารมณ์เช่นกัน ชวนจิตนี้มีชื่อเรียกว่า บริกรรมชวนะ หลังจากนั้น ชวนจิตดวงที่ ๒ ย่อมเกิดตาม โดยถือเอาบริกรรมชวนจิตนั้นเป็นอารมณ์ ชวนจิตดวงที่ ๒ นี้มีชื่อเรียกว่า อุปจารชวนะ จากนั้น ชวนจิตดวงที่ ๓ ย่อมเกิดขึ้น โดยถือเอาสังขารทั้งหลายเป็นอารมณ์ ชวนจิตเหล่านี้แหละมีชื่อเรียกว่า อนุโลมญาณ (สัจจานุโลมิกญาณ)

โดยเหตุที่ชวนจิตทั้ง ๓ ดวงเหล่านั้นและญาณที่เกิดขึ้น ย่อมเป็นไปโดยอนุโลมตามญาณทั้ง ๘ มีอุทัพพยญาณเป็นอาทิ และอนุกูลแก่โคตรภูญาณหรือมรรคญาณอันจักเกิดมีขึ้นในเบื้องหน้า จึงมีชื่อเรียกว่า อนุโลมญาณ หรือสัจจานุโลมิกญาณ ขั้นตอนของสัจจานุโลมิกญาณเป็นวาระสุดท้ายของวุฏฐานคามินีวิปัสสนา ซึ่งถือเอาสังขารเป็นอารมณ์ วุฏฐานคามินีวิปัสสนาญาณย่อมบรรลุถึงภาวะสูงสุดอันเป็นเอก ด้วยการเข้าถึงโคตรภูญาณนั้นแล

๑๒
ญาณทัสสนวิสุทธิ*

ญาณทัสสนวิสุทธิ หมายถึง ญาณทั้ง ๔ กล่าวคือ โสดาปัตติมรรคญาณ สกทาคามิมรรคญาณ อนาคามิมรรคญาณ และอรหัตมรรคญาณ หลังจากสัจจานุโลมิกญาณบังเกิดขึ้นแล้ว โคตรภูญาณย่อมเกิดขึ้นเป็นอันดับต่อไป นี้เป็นญาณที่ถือเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์ โดยที่โคตรภูญาณมิได้เกิดมีขึ้นโดยอาศัยสังขารทั้งหลายเป็นอารมณ์ ดังนั้น จึงไม่อยู่ในส่วนของปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ แม้จะเป็นญาณที่เห็นแจ้งพระนิพพาน แต่การปหานกิเลสอันเป็นผลจากการเห็นแจ้งพระนิพพาน ยังไม่เป็นไปในขั้นตอนนี้ ดังนั้น ญาณนี้จึงไม่ถูกจัดรวมอยู่ในญาณทัสสนวิสุทธิเช่นกัน โคตรภูญาณได้ชื่อว่าเป็นญาณพิเศษในวิปัสสนาญาณ เพราะสืบเนื่องอยู่ในขบวนการวิปัสสนา และเป็นไปในระหว่างปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิและญาณทัสสนวิสุทธินั่นเอง

ครั้นโยคาวจรได้บรรลุสัจจานุโลมิกญาณเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ย่อมไม่มีกิจอื่นใดที่จำต้องกระทำเพื่อยังมรรคญาณให้เกิดมีขึ้น เขาย่อมเป็นผู้เที่ยงแท้ต่อการบรรลุมรรคญาณอย่างแน่นอน เหมือนก้อนหินที่ถูกโยนขึ้นไป ย่อมไม่ตั้งอยู่กลางอากาศ แต่จะตกลงมาสู่พื้นดินโดยแท้ ในสัจจานุโลมิกญาณทั้ง ๓ ส่วน ซึ่งเรียกโดยชื่อว่า บริกรรม อุปจาระ และอนุโลม แต่ละภาคส่วนนั้น ย่อมทำลาย

....

* อันดับที่ ๗ ในวิสุทธิ ๗

ความมืดที่ห่อหุ้มหรือปิดบังสัจธรรมเสียได้ ทั้งความมืดที่มีลักษณะหยาบและละเอียดอ่อน สุดแต่ประมาณแห่งกำลังของตนๆ เมื่อเป็นเช่นนั้น จิตของโยคาวจรย่อมไม่ไหลไปสู่สังขารทั้งหลาย ย่อมไม่ตั้งอยู่ในสังขารทั้งหลาย ย่อมไม่ยึดติด ย่อมปล่อยวาง เหมือนหยดน้ำที่ตกลงบนใบบัวกลิ้งหล่นจากใบบัวไปฉะนั้น สังขารทั้งหลายทั้งปวงย่อมปรากฏแก่โยคาวจรประดุจเครื่องหน่วงเหนี่ยวขัดข้อง เหตุนั้น หลังจากสัจจานุโลมิกญาณเกิดขึ้นแล้ว จิตที่ถือเอาสังขารเป็นอารมณ์ย่อมไม่เกิดขึ้น โคตรภูญาณย่อมเกิดมีขึ้นในอันดับต่อไป นี้คือญาณรู้แจ้งในพระนิพพานเป็นครั้งแรก ซึ่งไม่เกี่ยวข้องกับสังขาร เป็นญาณที่ข้ามพ้น "โคตร" ของปุถุชน น้อมนำจิตเข้าสู่ "โคตร" แห่งพระอริยะ สถิตอยู่ในภูมิแห่งพระอริยะ เป็นญาณที่เกื้อกูลแก่โลกุตตรมรรคจิตด้วยปัจจัย ๖ มีอนันตรปัจจัยเป็นอาทิ ย่อมมุ่งหน้าสู่อริยภูมิโดยถ่ายเดียวเท่านั้น ไม่มีการหันหลังกลับอย่างเด็ดขาด

ปฐมมรรคญาณ

ในอันดับต่อไป ปฐมมรรคญาณกล่าวคือโสดาปัตติมรรคญาณ ที่บังเกิดขึ้นแก่โคตรภูจิตนั้น เป็นญาณหยั่งรู้โดยประจักษ์แจ้งในโลกุตตรนิพพานธาตุ ซึ่งปราศจากสภาวะปรุงแต่งใดๆ เป็นญาณที่ "ผ่าตัด" ทำลายละกองกิเลสแห่งโลภ โกรธ หลง ซึ่งแต่เดิมเคยปิดบังอริยสัจธรรมเอาไว้ เป็นญาณที่ทำให้ห้วงมหรรณพแห่งสังสารวัฏเหือดแห้งลง ปิดเสียซึ่งประตูอบาย บันดาลให้ได้พบอริยทรัพย์ ๗ ทั้งยังเพิกถอนองค์แห่งมรรค ๘ ในฝ่ายผิด (มีมิจฉาทิฏฐิเป็นต้น) และเพิกถอนเสียซึ่งเวรภัยแห่งภพชาติด้วย เป็นญาณที่น้อมนำโยคาวจรผู้จวบจนบัดนี้ยังเป็นปุถุชนอยู่ ให้ขึ้นสู่ภาวะแห่งพระอริยบุคคลอันเอกอุดม และเป็นโอรสสุดประเสริฐของพระตถาคตสัมมาสัมพุทธเจ้านั้นแล

ปฐมมรรคจิตอันเกิดจากขบวนการเจริญภาวนาที่ผ่านมาทั้งหมดตราบจนบัดนี้ เป็นฝ่ายกุศลจิต มิใช่วิปากจิต กุศลจิตนี้ไม่เหมือนกามาวจรกุศล รูปาวจรกุศล หรืออรูปาวจรกุศล ซึ่งมักให้ผลต่อเมื่อกาลเวลาล่วงเลยไปแล้ว แต่นี่เป็นกุศลจิตที่ให้ผลในขณะเดียวกันนั้นเลยทีเดียว ดังนั้นหลังจากมรรคจิตแล้ว

ในอันดับต่อไป โสดาปัตติผลจิตย่อมเกิดขึ้นโดยไม่มีระหว่าง ๒ หรือ ๓ วาระ จากนั้นภวังคจิตจึงเกิดขึ้น เมื่อโสดาปัตติผลจิตเกิดขึ้นแล้ว โยคาวจรย่อมเข้าสู่ภาวะแห่งอริยบุคคลอันดับ ๒* (ต่อจากโสดาปัตติมรรค) ได้ชื่อว่าเป็นโสดาปัตติผลบุคคล มรรควิถีจิตซึ่งเกิดขึ้นในเวลาบรรลุโสดาปัตติมรรค มีลักษณะดังต่อไปนี้

๑. • มโนทวารวัชชนะ
๒. • บริกรรม
๓. • อุปจาระ
๔. • อนุโลม
๕. • โคตรภู
๖. • โสดาปัตติมรรคจิต
๗. • โสดาปัตติผลจิต
๘. • โสดาปัตติผลจิต
• ภวังคจิต

ภารกิจอันเป็นประธานของโสดาปัตติมรรคญาณ คือ ความรู้แจ้งแทงตลอดในอริยสัจ ๔ โดยยึดเอาโลกุตตรนิพพานธาตุเป็นอารมณ์ ซึ่งได้แก่นิโรธสัจนั่นเอง เมื่อหยั่งรู้อย่างประจักษ์แจ้งในนิโรธสัจอย่างนี้แล้ว โมหะซึ่งปิดบังอริยสัจที่เหลือทั้ง ๓ ประการ คือ ทุกข์ สมุทัย และมรรค ย่อมหมดสิ้นไป เมื่อใดได้รู้แจ้งนิโรธสัจเพราะอาศัยการน้อมนำนิโรธสัจนั้นมาเป็นอารมณ์ของมรรคจิต เมื่อนั้นโมหะย่อมถูกละทำลายไป ทำให้สามารถรู้แจ้งในอริยสัจที่เหลือได้ แม้มิได้กำหนดเอาอริยสัจเหล่านั้นมาเป็นอารมณ์ก็ตาม ดังนั้น จึงกล่าวว่า มรรคญาณเป็นญาณที่รู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ ๔ โดยอาการ ๑๖ ดังนี้แล

---

* พระอริยบุคคลจำแนกโดยมรรค ๔ และผล ๔ รวมเป็น ๘ คือ
(๑) โสดาปัตติมรรค (๒) โสดาปัตติผล
(๓) สกทาคามิมรรค (๔) สกทาคามิผล
(๕) อนาคามิมรรค (๖) อนาคามิผล
(๗) อรหัตมรรค (๘) อรหัตผล - *ผู้แปล*

แม้โลกุตตรมรรคจะมีอยู่ ๔ และโลกุตตรผลก็มีอยู่ ๔ เช่นกัน แต่ทั้งหมดนี้ ข้อที่ยากยิ่งสำหรับโยคาวจรในการบรรลุถึงหรือได้มา ย่อมได้แก่โสดาปัตติมรรคนั้นเอง ดังนั้น ผู้ที่บรรลุโสดาปัตติมรรคได้แล้ว จึงเป็นผู้ประสบชัยชนะอย่างแท้จริง ไม่มีสิ่งใดต้องหวั่นวิตกในเบื้องหน้าอีกเลย นับแต่นี้ไป โสดาบันบุคคลย่อมสามารถบรรลุอริยมรรคทั้ง ๓ ที่เหลืออยู่ โดยไม่ต้องเหนื่อยยากหรือตั้งความเพียรเป็นพิเศษแต่อย่างใด เป็นผู้เที่ยงต่อความพ้นทุกข์อย่างสิ้นเชิงในเบื้องหน้า เพราะเมื่อเข้าสู่โสดาปัตติมรรคได้แล้ว เรื่องที่จะไม่เข้าถึงพระนิพพานหรือหวนกลับมาเวียนว่ายในสังสารวัฏอย่างไม่มีที่สิ้นสุดอีกต่อไป เป็นอันไม่มี

โสดาปัตติมรรคญาณนั้นมีอานุภาพยิ่งใหญ่นัก ไม่อาจประเมินคุณค่าใดๆ ได้ เมื่อรู้แจ้งอริยสัจ ๔ อย่างรอบด้านด้วยโสดาปัตติมรรคญาณ โดยไม่มีข้อสงสัยใดๆติดค้างอยู่ หรือโดยไม่มีที่ใดซึ่งยังไม่เข้าใจหลงเหลืออยู่ ความเห็นผิดทั้งหลายทั้งปวงเริ่มแต่สักกายทิฏฐิ ซึ่งเกิดขึ้นเพราะความยึดมั่นในขันธ์ทั้งหลายโดยความเป็นสัตว์บุคคล เป็นต้น ย่อมหมดสิ้นไปจากโยคาวจรนั้น เบื้องหน้าแต่นี้ไป ความเห็นผิดเหล่านั้นย่อมไม่มีโอกาสเกิดขึ้นได้อีกในขันธสันดานของโสดาบันบุคคล อาศัยเหตุนั้น จึงกล่าวได้ว่า โสดาบันบุคคลได้ทำลายความเห็นผิดโดยประการทั้งปวงเสียแล้ว

นอกจากนั้น วิจิกิจฉาหรือความสงสัยของโยคาวจรย่อมหมดสิ้นไป โดยอาการที่จะไม่เกิดขึ้นอีกเช่นกัน ด้วยอำนาจแห่งความรู้แจ้งในอริยสัจ ๔ นั้นแล คือ ความสงสัยทั้งหลายในพระบรมศาสดา เป็นต้นว่า แท้จริงแล้ว พระตถาคตย่อมตรัสรู้โดยชอบด้วยพระองค์เองหรือ? หรือว่ามิใช่? หรือความสงสัยทั้งหลายในพระธรรมคำสอน เป็นต้นว่า โลกุตตรธรรมทั้ง ๙ กล่าวคือ มรรค ๔ ผล ๔ และพระนิพพาน ๑ มีอยู่หรือ? หรือว่าไม่มี? พระธรรมอันพระผู้มีพระภาคตรัสแสดงแล้วเป็นธรรมออกจากทุกข์ได้จริงหรือ? หรือความสงสัยทั้งหลายในหมู่สงฆ์ว่า หมู่สงฆ์ผู้บรรลุมรรค ๔ ผล ๔ มีอยู่หรือ? หรือว่าไม่มี? หมู่สงฆ์ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบมีอยู่หรือ? หรือว่าไม่มี? หรือความสงสัยทั้งหลายเกี่ยวกับไตรสิกขา เป็นต้นว่า สิกขาทั้ง ๓ มีอยู่หรือ? ผลอันพึงได้รับจากสิกขาทั้ง ๓ มีอยู่หรือ? หรือว่าไม่มี? หรือความสงสัยทั้งหลายเกี่ยวกับขันธ์อันเป็นไปในอดีต

และอนาคต เป็นต้นว่า ในอดีตเราได้เป็นอยู่หรือ? ในอนาคตเราจักได้เป็นอยู่หรือ (เกิดใหม่)? หรือว่าจักไม่ได้เป็นอยู่? หรือความสงสัยทั้งหลายอันเกี่ยวเนื่องกับปฏิจจสมุปบาท หรือความสงสัยทั้งหลายเกี่ยวกับธรรมอื่นๆ เป็นต้น นอกจากทิฏฐิและวิจิกิจฉาทั้ง ๒ นี้แล้ว กิเลสอื่นๆ เช่นโลภะและโทสะ ซึ่งมีกำลังกล้าสามารถทำให้สัตว์ไปเกิดในอบายภูมิได้ ย่อมหมดไป เหลือเพียงกิเลสทั้งหลาย (เช่น โลภะ) ซึ่งมีกำลังอ่อน คือ ไม่มีกำลังเพียงพอต่อการชักนำโสดาบันบุคคลไปสู่อบายภูมิได้

ถ้าจะกล่าวถึงอกุศลจิตซึ่งถูกโสดาบันบุคคลผู้ทำลายกิเลสละได้แล้ว ย่อมมีดังต่อไปนี้

จิตทั้ง ๕ ดวง คือ จิต ๔ ดวงที่สัมปยุตด้วยทิฏฐิ และจิตอีก ๑ ดวงที่สหรคตด้วยวิจิกิจฉา ย่อมถูกทำลายไปโดยไม่มีส่วนเหลือ จิตทั้ง ๖ ดวง คือ ทิฏฐิคตวิปยุตจิต ๔ ดวง และโทสมูลจิต ๒ ดวง ซึ่งมีกำลังเพียงพอต่อการนำพาสัตว์ไปสู่อบายภูมิ ย่อมถูกทำลายลงด้วยเช่นกัน ที่เหลืออยู่เป็นเพียงอกุศลจิตซึ่งมีกำลังน้อย ไม่เพียงพอต่อการชักนำสัตว์ไปสู่อบายภูมิได้ อันได้แก่ ทิฏฐิคตวิปยุตจิต ๔ ดวง โทสมูลจิต ๒ ดวง และจิตซึ่งสหรคตด้วยอุทธัจจะอีก ๑ ดวงเท่านั้น

พระอริยสาวกผู้บรรลุโสดาปัตติมรรคย่อมไม่บังเกิดในอบายภูมิอีกต่อไป ไม่ว่าในกาลไหนๆ แม้จะล่าช้าไปบ้าง อย่างมากที่สุดย่อมบังเกิดในสุคติภูมิไม่เกิน ๗ ชาติ กิเลสทั้งหลายซึ่งได้กล่าวมาแล้วก็ดี ขันธ์ทั้งหลายอันเป็นส่วนที่พึงบังเกิดในอบายภูมิ ซึ่งสัมพันธ์กันกับโสดาบันบุคคลนั้นก็ดี ขันธ์ทั้งหลายอันพึงบังเกิดได้ในเบื้องหน้ามากกว่า ๗ ชาติก็ดี ย่อมดับไปโดยอนุปปันนนิโรธะ ในลักษณะที่จะไม่เกิดขึ้นมาอีก ทั้งนี้ ย่อมเป็นด้วยอานุภาพแห่งโสดาปัตติมรรคนั้นแล โสดาบันบุคคลบางท่านไปเกิดในพรหมโลกเป็นชาติที่ ๘ ก็มี แต่นั่นเป็นกรณีพิเศษนานๆครั้ง และเป็นไปได้ด้วยอำนาจแห่งฌานสมาบัติเท่านั้น โดยเหตุที่โสดาบันบุคคลผู้ไม่ได้ฌานสมาบัติ ย่อมไม่เกิดเป็นชาติที่ ๘ เลย หรือแม้ได้ฌานสมาบัติ ก็ใช่ว่าทุกท่านจะไปเกิดเป็นชาติที่ ๘ ก็หาไม่ จึงเป็นอันยุติว่าโสดาบันบุคคลย่อมเกิดใหม่เพียง ๗ ชาติเท่านั้น แม้เกิด ๗ ชาติเช่นนั้น ก็

เฉพาะแต่ที่เกิดมาด้วยภาวะแห่งความเป็นโสดาบันบุคคล โดยไม่บรรลุมรรคผลเบื้องบนในระหว่าง บางทีอาจมีโสดาบันบุคคลบางท่านครั้นบรรลุโสดาบันแล้ว แม้ยังนั่งอยู่ที่เดิมนั้นแหละ ย่อมสามารถทำมรรคผลอื่นๆที่เหลือให้เกิดขึ้นได้ เป็นอันตัดขาดภพชาติทั้งปวงหมดสิ้นลงไปในขณะนั้นเลยทีเดียว

หลังจากบรรลุโสดาปัตติผลแล้ว พระอริยสาวกย่อมพิจารณาหนทางปฏิบัติด้วยความดำริว่า “เราได้ปฏิบัติโดยหนทางนี้” ย่อมพิจารณาผลด้วยความดำริว่า “เมื่อปฏิบัติแล้ว เราย่อมได้รับผลนี้” ย่อมพิจารณากิเลสทั้งหลายที่ทำลายละได้แล้ว ด้วยความดำริว่า “กิเลสทั้งหลายเหล่านี้ เราทำลายละได้แล้ว” ย่อมพิจารณากิเลสทั้งหลายที่เหลืออยู่ ด้วยความดำริว่า “กิเลสทั้งหลายเหล่านี้ยังเหลืออยู่” ย่อมพิจารณาพระนิพพานด้วยความดำริว่า “เพราะเราถือธรรมนี้เป็นอารมณ์ ย่อมได้รับปฏิเวธ (ผลของการปฏิบัติ)” ดังนี้

ได้กล่าวมาแล้วข้างต้นถึงกิเลสที่โสดาบันบุคคลละได้แล้ว และกิเลสที่ยังเหลืออยู่ ที่เรียกกันว่าพระนิพพานนั้น หาใช่สถานที่หนึ่งใดซึ่งใครๆจะเข้าไปอาศัยอยู่ไม่ ความดับแห่งกิเลสและขันธ์ทั้งหลายนั้นแหละ คือ พระนิพพาน การบรรลุพระนิพพานก็ดี การได้พระนิพพานก็ดี เป็นสภาวะที่เป็นไปเพราะการบรรลุโสดาปัตติมรรคญาณนั้นแล นิพพานสุขเป็นความสุขที่โสดาบันบุคคลพึงได้รับ เหตุเพราะความดับไปไม่เหลือแห่งธรรมทั้งหลาย เช่น ทิฏฐิและวิจิกิจฉาก็ดี กิเลสอันเป็นเหตุนำไปสู่อบายภูมิก็ดี ขันธ์ทั้งหลายทั้งปวงในส่วนที่จะพึงบังเกิดเป็นภพชาตินอกเหนือไปจาก ๗ ชาติในเบื้องหน้าก็ดี รวมทั้งขันธ์ที่อาจไปบังเกิดในอบายภูมิต่างๆ ย่อมดับไปด้วยเช่นกัน นี้แหละ คือ อนุปปันนนิโรธะเป็นความสุขอันยิ่งใหญ่ซึ่งเกิดจากความหลุดพ้น (วิมุติสุข)

ทุติยมรรคญาณ

หลังจากโยคาวจรบรรลุโสดาปัตติผลแล้ว หามีแนวทางการปฏิบัติเป็นพิเศษอื่นใด เพื่อบรรลุมรรคผลเบื้องสูงต่อไปไม่ โยคาวจรพึงเพียรพิจารณามรรคและผลที่ได้บรรลุแล้วก็ดี กิเลสทั้งหลายทั้งที่ละได้แล้วและยังมิได้ละก็ดี พระนิพพานก็ดี ด้วยความตั้งใจมั่นเพื่อกำจัดกิเลสที่เหลืออยู่ และก้าวขึ้นสู่

มรรคผลในระดับที่สูงยิ่งขึ้นไป ครั้นผนึกธรรมทั้งหลาย คือ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ และโพชฌงค์ ๗ เข้าด้วยกันแล้ว ย่อมอยู่ด้วยการตามกำหนดนามรูปโดยประเภทแห่งรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ พิจารณาดูธรรมเหล่านั้นตามความเป็นจริงแห่งสภาวะ คือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ดังที่ได้อธิบายมาแล้ว ครั้นวิปัสสนาญาณเจริญแก่กล้ามากยิ่งขึ้น จนเพียงพอต่อการหยั่งลงแห่งทุติยมรรคญาณ ลำดับนั้น มโนทวาราวัชชนจิตย่อมเกิดขึ้นโดยถือเอาสังขารเป็นอารมณ์ ต่อแต่นั้น บริกรรมชวนจิต อุปจารชวนจิต และอนุโลมชวนจิต ซึ่งถือเอาสังขารเป็นอารมณ์เช่นกันย่อมเกิดขึ้น จากนั้น โคตรภูจิตซึ่งถือเอานิพพานธาตุเป็นอารมณ์ย่อมเกิดขึ้น ลำดับนั้น สกทาคามิมรรคจิตย่อมเกิดขึ้น โดยมีพระนิพพานเป็นอารมณ์ เพื่อทำหน้าที่ทำลายละกามราคะและพยาบาทให้เบาบางยิ่งขึ้นไปอีก จากนั้น สกทาคามิผลจิตย่อมเกิดขึ้นติดตามมา ๒ ขณะ ครั้นดับแล้ว ภวังคจิตย่อมหยั่งลง เมื่อสกทาคามิผลจิตเกิดขึ้นโยคาวจรย่อมเข้าสู่ความเป็นสกทาคามีบุคคล นับเป็นอริยบุคคลอันดับที่ ๔ (ในบรรดาอริยบุคคล ๘) สกทาคามิมรรควิถีจิตมีลำดับดังต่อไปนี้

๑. • มโนทวารวัชชนะ
๒. • บริกรรม
๓. • อุปจาระ
๔. • อนุโลม
๕. • โวทานจิต
๖. • สกทาคามิมรรคจิต
๗. • สกทาคามิผลจิต
๘. • สกทาคามิผลจิต
• ภวังคจิต

กิเลสทั้งหลายมีกามราคะและพยาบาทเป็นอาทิ ย่อมถูกลดละให้เบาบางลงได้ด้วยอำนาจแห่งสกทาคามิมรรค ถ้ากล่าวในแง่ของจิต กิเลสเหล่านี้ย่อมได้แก่อกุศลจิต ๖ ดวง คือ ทิฏฐิคตวิปยุตจิต ๔ ดวง และโทสมูลจิต ๒ ดวง ซึ่งถูกลดละให้เบาบางลงนั่นเอง คำว่า "เบาบางลง" หมายความว่า ทำให้ไม่อาจ

เกิดขึ้นได้บ่อยๆ หรือแม้เกิดขึ้นได้ ก็ไม่มีกำลังแรงกล้า ดังในขั้นตอนของโสดาปัตติมรรค กิเลสทั้งหลายมีกามราคะและพยาบาทเป็นต้น ย่อมถูกลดละให้เบาบางลงไปก่อนหน้านั้นแล้วเช่นกัน แต่กามราคะยังคงเกิดขึ้นแก่โสดาบันบุคคลเพราะวัตถุอันชอบธรรมได้อยู่ (เช่น ภรรยาของตน) ดุจเดียวกับปุถุชน ส่วนสกทาคามีบุคคลย่อมไม่เกิดกิเลสในลักษณะที่หยาบเห็นปานนั้น เพราะความที่กิเลสเบาบางลงมากแล้วนั่นเอง ถ้าสกทาคามีบุคคลจะเกิดใหม่ในโลกนี้ เขาย่อมเกิดใหม่อีกเพียงครั้งเดียวเท่านั้น นอกจากขันธ์ทั้งหลายที่สกทาคามีบุคคลพึงได้รับ เพื่อการเกิดใหม่ในโลกนี้อีกเพียงครั้งเดียวแล้ว ขันธ์ที่เหลืออื่นๆ ย่อมดับไปด้วยมรรคญาณโดยความเป็นอนุปปันนนิโรธะนั้นแล

ตติยมรรคญาณ

ครั้นบรรลุสกทาคามิผลแล้ว โยคาวจรพึงพิจารณามรรคและผลที่ได้บรรลุแล้วก็ดี กิเลสทั้งหลายทั้งที่ละได้แล้วและยังมิได้ละก็ดี พระนิพพานก็ดี ด้วยความดำริเพื่อกำจัดกามราคะและพยาบาทที่ยังเหลืออยู่ให้หมดสิ้นไป และเพื่อบรรลุอนาคามิมรรคให้จงได้ เขาย่อมอยู่ด้วยการตามกำหนดนามรูปโดยประเภทแห่งรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ และพิจารณาธรรมเหล่านั้นตามความเป็นจริงแห่งสภาวะ คือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ครั้นวิปัสสนาญาณเจริญแก่กล้ามากยิ่งขึ้น จนเพียงพอต่อการหยั่งลงแห่งอนาคามิมรรคแล้ว ลำดับนั้น มโนทวาราวัชชนจิตซึ่งถือเอาสังขารเป็นอารมณ์ย่อมเกิดขึ้น ครั้นดับลงแล้วต่อแต่นั้น บริกรรมชวนจิต อุปจารชวนจิต และอนุโลมชวนจิต ซึ่งถือเอาสังขารเป็นอารมณ์เช่นกันย่อมเกิดขึ้น จากนั้น โคตรภูจิตซึ่งถือเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์ย่อมเกิดขึ้น ครั้นโคตรภูจิตดับลงแล้ว ในขณะนั้นเอง อนาคามิมรรคจิตซึ่งรู้แจ้งพระนิพพานอย่างประจักษ์ชัดย่อมเกิดมีขึ้น เพื่อทำหน้าที่ละทำลายกามราคะและพยาบาทให้หมดสิ้นไป จากนั้น อนาคามิผลจิตย่อมเกิดขึ้นติดตามมา ๒ ขณะ แล้วจึงหยั่งลงสู่ภวังค์ นับแต่นี้ไป โยคาวจรย่อมได้ชื่อว่าเป็นอนาคามีบุคคล เป็นอริยบุคคลอันดับ ๖ (ในอริยบุคคล ๘) อนาคามิมรรควิถีจิตมีลำดับดังต่อไปนี้

๑. • มโนทวารวัชชนะ
๒. • บริกรรม
๓. • อุปจาระ
๔. • อนุโลม
๕. • โวทานจิต
๖. • อนาคามิมรรคจิต
๗. • อนาคามิผลจิต
๘. • อนาคามิผลจิต
• ภวังคจิต

กิเลสทั้งหลายมีกามราคะและพยาบาทเป็นอาทิ ย่อมถูกทำลายละโดยไม่มีส่วนเหลือด้วยอำนาจแห่งอนาคามิมรรค เหตุนั้น อนาคามีบุคคลจึงไม่ถือกำเนิดในกามภูมิอีกเลย นอกจากรูปภูมิและอรูปภูมิเท่านั้น อนาคามีบุคคลผู้ยังมิได้บรรลุฌานสมาบัติ อาจบรรลุอรหัตผลได้ ณ มรณาสันนกาล (ใกล้สิ้นชีวิต) และเข้าสู่ปรินิพพานในเวลานั้นเอง หากมิได้เป็นเช่นนั้น ย่อมบรรลุฌานสมาบัติแล้วไปบังเกิดในพรหมโลก โดยที่กิเลสอันเป็นเหตุให้เกิดในกามภูมิถูกทำลายลงหมดสิ้นแล้ว อนาคามีบุคคลย่อมไม่มีเหตุให้ไปบังเกิดในภพภูมิแห่งกามอีกต่อไป กิเลสที่ยังเหลืออยู่สำหรับอนาคามีบุคคล ได้แก่ รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ และอวิชชา ถ้ากล่าวในแง่ของจิต นี้ย่อมได้แก่ทิฏฐิคตวิปยุตจิต ๔ ดวง อันเป็นไปกับรูปราคะ และโมหจิตอันประกอบด้วยอุทธัจจะ รวมเป็นอกุศลจิต ๕ ดวง ที่ยังเหลืออยู่ในอนาคามีบุคคล

จตุตถมรรคญาณ

ครั้นบรรลุอนาคามิผลแล้ว โยคาวจรพึงพิจารณามรรคและผลที่ได้บรรลุแล้วก็ดี กิเลสทั้งหลายทั้งที่ละได้แล้วและยังมิได้ละก็ดี และพระนิพพานก็ดี ด้วยความมุ่งมั่นเพื่อกำจัดรูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ และอวิชชาให้หมดสิ้นไป และเพื่อยังอริยมรรคญาณที่ ๔ (อรหัตมรรคญาณ) ให้เกิดมีขึ้น ครั้นผนึกธรรมทั้งหลาย คือ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ และโพชฌงค์ ๗ เข้าด้วยกันแล้ว

ย่อมเป็นอยู่ด้วยการตามกำหนดสังขารทั้งหลายในสังขารุเปกขญาณ โดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ตามที่ได้อธิบายมาแล้ว ครั้นวิปัสสนาญาณเจริญแก่กล้ามากยิ่งขึ้น จนเพียงพอต่อการหยั่งลงแห่งอรหัตมรรคญาณ ลำดับนั้น มโนทวาราวัชชนจิตย่อมเกิดขึ้นโดยถือเอาสังขารเป็นอารมณ์ เพราะความไม่เที่ยงก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี เป็นอนัตตาก็ดี ต่อแต่นั้น อนุโลมชวนจิตโดยชื่อว่า บริกรรม อุปจาระ และอนุโลม ย่อมเกิดขึ้น

ลำดับนั้น โคตรภูจิตซึ่งถือเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์ย่อมเกิดขึ้น ต่อแต่นั้น มรรคจิตลำดับที่ ๔ อันได้แก่ อรหัตมรรคจิต ซึ่งถือเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์เช่นกัน ย่อมเกิดขึ้น สามารถตัดขาดกิเลสมีรูปราคะเป็นต้นให้หมดสิ้นโดยไม่มีส่วนเหลือ น้อมนำโยคาวจรไปสู่ความบริสุทธิ์อย่างสูงสุด จากนั้น อรหัตผลจิตย่อมเกิดขึ้น ๒ วาระ ครั้นดับไปแล้วย่อมหยั่งลงสู่ภวังค์ บัดนี้ โยคาวจรย่อมได้ชื่อว่าเป็นอริยบุคคลอันดับที่ ๘ (ในอริยบุคคล ๘) คือ เป็นพระอรหันต์ ทำลายละอาสวะกิเลสทั้งหลายได้หมดสิ้นแล้ว ตัดขาดเครื่องพันธนาการแห่งภพชาติทั้งปวง และปล่อยวางภาระแห่งขันธ์อย่างสิ้นเชิงเสียได้ ดำรงอยู่โดยความเป็นทักขิเณยยบุคคลผู้ยอดเยี่ยมในโลก

อรหัตมรรควิถีจิตมีลำดับดังต่อไปนี้

๑. • มโนทวารวัชชนะ
๒. • บริกรรม
๓. • อุปจาระ
๔. • อนุโลม
๕. • โวทานจิต
๖. • อรหัตมรรคจิต
๗. • อรหัตผลจิต
๘. • อรหัตผลจิต
• ภวังคจิต

พระอริยสาวกผู้บรรลุอรหัตผลย่อมพิจารณาไตร่ตรองตนเองด้วย ย่อมพิจารณามรรคและผลซึ่งตนเองได้บรรลุแล้วด้วย ตลอดจนกิเลสซึ่งถูกทำลายไป

แล้ว และพระนิพพานด้วย ชื่อว่ากิเลสทั้งหลายของพระอรหันต์ย่อมไม่มีเหลืออยู่เลย เมื่อมรรคญาณที่ ๑ ที่ ๒ ที่ ๓ และที่ ๔ เกิดขึ้นแล้ว ญาณทัสสนวิสุทธิย่อมถึงความบริสุทธิ์บริบูรณ์ โยคาวจรผู้ปฏิบัติได้เสร็จสิ้นสมบูรณ์เช่นนี้ ย่อมชื่อว่าเป็นผู้จบสิ้นกิจในการปฏิบัติตามคำสอนของพระผู้มีพระภาค บรรลุพระนิพพาน พ้นแล้วจากความทุกข์ทั้งมวลแห่งสังสารวัฏ กิจใดอันพึงกระทำ ได้กระทำจบสิ้นแล้ว เป็นบุคคลผู้มีอิสระอย่างสมบูรณ์ ดังนี้แล

แนวทางปฏิบัติวิปัสสนานี้ใช้ได้ทั่วไป ทั้งแก่คฤหัสถ์และบรรพชิต หมายความว่า คฤหัสถ์ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาย่อมสามารถบรรลุอริยผลทั้ง ๔ เป็นพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ได้เช่นเดียวกัน ในอริยผลทั้ง ๔ นั้น คฤหัสถ์ผู้บรรลุอริยผล ๓ ประการเบื้องต้น ย่อมดำรงชีพในฐานะชาวบ้านธรรมดาสืบต่อไปได้ ผู้ที่พอใจออกบวชย่อมออกบวช แต่สำหรับอรหัตผลแล้ว ภาวะอันหยาบทรามของคฤหัสถ์ ย่อมไม่เหมาะควรต่อการรองรับคุณธรรมอันประเสริฐเห็นปานนั้นได้ เพราะเหตุนั้น คฤหัสถ์ผู้บรรลุอรหัตผลย่อมออกบวช หรือมิฉะนั้น ย่อมเข้าสู่ปรินิพพาน ผู้ที่ยังมีอายุขัยเหลืออยู่เกิน ๗ วันย่อมออกบวช ส่วนผู้ที่อายุขัยหมดสิ้นแล้ว ย่อมดับขันธ์และปรินิพพานด้วยอนุปาทิเสสนิพพานในเพศฆราวาสนั้นแล

จบวิสุทธิ ๗ แต่เพียงเท่านี้

๑๓
เรื่องที่โยคาวจร ควรทราบเป็นพิเศษ

สัตบุรุษผู้มีศรัทธามุ่งมั่นเพียรภาวนา ด้วยความปรารถนาอย่างแรงกล้า เพื่อหลุดพ้นจากกองทุกข์ และบรรลุถึงซึ่งอมตนครแห่งพระนิพพาน อาจประสบกับอุปสรรคนานัปการ ทำให้เกิดความขัดข้องขึ้นได้เป็นครั้งคราวในระหว่างที่กำลังทำความเพียรอยู่นั้นเอง จนบางครั้งถึงกับต้องเลิกละการปฏิบัติไปเลยทีเดียวก็มี จึงสมควรที่โยคาวจรจะได้เรียนรู้ล่วงหน้าเอาไว้ก่อน เกี่ยวกับอันตรายิกธรรมหรืออุปสรรคเหล่านั้น เพื่อทราบถึงแนวทางการปฏิบัติ ซึ่งอาจช่วยให้หลีกเลี่ยงจากอันตรายิกธรรมเหล่านั้นได้ อันจะส่งผลให้การปฏิบัติประสบความสำเร็จด้วยดี

อันตรายของการปฏิบัติส่วนหนึ่ง เป็นสภาวะซึ่งเกิดขึ้นภายในอัตภาพของโยคาวจรนั้นเอง อีกส่วนหนึ่งเป็นอันตรายที่มาจากภายนอก เฉพาะโยคาวจรผู้มีฉันทะในธรรมอย่างแรงกล้า มีความเพียรอย่างยิ่งยวด มีความอดทนเป็นเลิศต่อความทุกข์ยากทั้งมวล และมีสติปัญญาเฉียบคมเป็นอย่างยิ่งเท่านั้น ที่สามารถเอาชนะอันตรายนั้นๆลงเสียได้ และในที่สุด สามารถเข้ายึดพื้นที่แห่งชัยชนะเอาไว้เป็นของตน ส่วนคนอื่นๆที่เหลือ มักไม่สามารถปฏิบัติต่อไปจนถึงที่สุดได้ คือ มัก "ถอดใจ" เสียในระหว่างทางนั้นเอง อันตรายซึ่งเกิดจากภายในอัตภาพของโยคาวจร ได้แก่ นิวรณธรรม ๕ ประการ และความไม่อดทนต่อ

ความหิว ความกระหาย เป็นอาทิ ในที่นี้ นิวรณ์ทั้ง ๕ คือ *กามฉันทนิวรณ์ พยาบาทนิวรณ์ ถีนมิทธนิวรณ์ อุธัจจกุกกุจจนิวรณ์* และ *วิจิกิจฉานิวรณ์*

กามฉันทนิวรณ์

กามฉันทนิวรณ์ ได้แก่ ความอยากอันเกี่ยวเนื่องด้วยความรื่นรมย์และความสุข อันพึงได้รับจากสิ่งที่เป็นโลกียวิสัย เช่น อาหาร เครื่องดื่ม เครื่องนุ่งห่ม ยานพาหนะ ของใช้ เครื่องเรือน วัดวาอาราม บุตร ภรรยา ลูกศิษย์ ญาติมิตร ทายกทายิกา ชีวิต ชื่อเสียง คำยกย่องสรรเสริญ การเที่ยวชมสถานที่ต่างๆ ได้พบเห็นสตรีหรือบุรุษ ได้ฟังคำพูดหวานๆ เป็นต้น สิ่งเหล่านี้เป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรมสำหรับโยคาวจรผู้เป็นคฤหัสถ์ และสำหรับโยคาวจรผู้เป็นนักบวชตามฐานะของตนๆ กามฉันทะชนิดหยาบซึ่งเกิดขึ้นแก่คฤหัสถ์ มักไม่เกิดขึ้นแก่นักปฏิบัติซึ่งเป็นบรรพชิต ถึงแม้ว่านานๆจะเกิดขึ้นสักครั้งหนึ่ง แต่โยคาวจรผู้เป็นบรรพชิตย่อมหยั่งรู้ได้ว่า นั่นเป็นธรรมซึ่งเป็นอันตรายต่อการปฏิบัติของตน ดังนั้น จึงสามารถกำจัดให้หมดไปได้โดยง่าย แม้กามฉันทะประเภทนี้จะเป็นอันตรายต่อบรรพชิตผู้เจริญภาวนา ก็เพียงนานๆครั้งเท่านั้น กามฉันทะที่เป็นอุปสรรคสำหรับโยคาวจรบรรพชิต ส่วนมากมักเกี่ยวเนื่องด้วยวัดวาอาราม ลูกศิษย์ลูกหา และบรรดาทายกทายิกา เป็นต้น

สำหรับโยคาวจรที่ปลีกวิเวกออกจากวัด ไปจากเหล่าลูกศิษย์และทายกทายิกา มุ่งหน้าเข้าสู่ป่าเขา บางครั้งอาจเป็นไปได้ ที่กามฉันทะอันละเอียดอ่อนจะบังเกิดขึ้นในที่นั้น บางครั้ง โยคาวจรผู้เข้าไปสู่สถานที่ปฏิบัติธรรมอันวิเวก เช่น วัดป่า เป็นต้น อาจมีความรู้สึกต้องการจัดแจงสถานที่อยู่เสียใหม่ หรือมีความดำริขุดบ่อน้ำ สระน้ำ ที่เดินจงกรม ลานวัด ทางเดิน เป็นต้น จึงเกิดความต้องการมีคณะทายกทายิกาขึ้นในที่นั้นนั่นเอง เมื่อเกิดความดำริเช่นนี้อยู่ โยคาวจรย่อมไม่ตระหนักว่า นั่นเป็นกามฉันทะที่เป็นอันตรายต่อการปฏิบัติ กลับเข้าใจไปว่า เป็นธรรมอันเกื้อกูลต่อการปฏิบัติเสียด้วยซ้ำ ดังนั้น พระนักปฏิบัติจึงลงมือกระทำเรื่องราวเหล่านั้น เมื่อเป็นเช่นนี้ย่อมเสื่อมจากการปฏิบัติของตน

พระนักปฏิบัติที่เข้าไปสู่ป่าไพร เป็นต้น เพื่อแสวงหาความวิเวก อาจมีความกังวลใจเกิดขึ้นได้ว่า ลูกศิษย์ของตนล้มป่วยลง หรือเกิดปัญหาขาดเหลือใดๆในวัดของตน หรือได้รับข่าวคราวเกี่ยวกับความวิบัติที่เกิดขึ้นแก่วัดของตน อาศัยความยึดติดในบรรดาเหล่าศิษย์หรือในวัดนั้นแหละ ย่อมเกิดความดำริขึ้นได้ว่า "ในเบื้องหน้า ถ้าแม้นไม่มีพระภิกษุรุ่นใหม่ขึ้นมารักษาพระศาสนา หรือไม่มีวัดวาอาราม พระศาสนาจะตั้งอยู่ได้อย่างไร? พระพุทธองค์ทรงสอนว่า ไม่ควรเพ่งเล็งเฉพาะประโยชน์ตน แต่ควรเกื้อกูลแก่ประโยชน์ท่านด้วยมิใช่หรือ? การทอดทิ้งลูกศิษย์ซึ่งกำลังประสบปัญหา หรือทอดทิ้งวัดวาซึ่งอาจต้องประสบกับปัญหา สนใจเฉพาะแต่ประโยชน์ของตนเท่านั้น เช่นนี้ย่อมไม่เป็นการสมควร เราจำเป็นต้องกลับไปยังที่นั้นเพื่อรักษาพระศาสนาไว้"

พระนักปฏิบัตินั้นย่อมไม่ตระหนักว่า แม้ความดำริดังกล่าวก็เป็นกามฉันทะอย่างหนึ่งเช่นกัน ทั้งอาจไม่รู้ตัวด้วยซ้ำว่า ความดำริเช่นนั้นเป็นอันตรายต่อการปฏิบัติของตนเอง ถึงกามฉันทะอันเกิดขึ้นโดยอาการอื่นๆ ย่อมหลอกล่อพระนักปฏิบัติให้หลงกล และทอดธุระในการปฏิบัติของตนเสีย หันกลับไปหมกมุ่นติดพันอยู่กับภาระต่างๆ ซึ่งตนเองได้ปล่อยวางมาแล้วนั้นแหละ เช่นนี้ย่อมเสื่อมไปจากการปฏิบัติของตนโดยแท้

พระนักปฏิบัติบางรูปเที่ยวจาริกไปกับกลุ่มชาวบ้าน มีจิตใจโน้มเอียงไปในความคิดแบบชาวบ้าน แม้สำรวมอินทรีย์อยู่ ครั้นได้เห็นพระรูปอื่นๆซึ่งอาศัยอยู่ในเมืองหรือในหมู่บ้าน เสวยสุขอยู่โดยวิธีการอย่างใดอย่างหนึ่ง ย่อมเกิดความปรารถนาประพฤติตนและเป็นอยู่เช่นนั้นบ้าง ลำดับนั้น ท่านย่อมเกิดความคิดขึ้นมาว่า "สมัยนี้เรื่องบรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ย่อมเป็นไปไม่ได้แล้ว ขืนปลีกตัวออกมาปฏิบัติธรรมอยู่อย่างนี้จะมีประโยชน์อะไร? ถ้ากระไรเรา พึงเป็นอยู่อย่างมีความสุข พร้อมกับทำงานเพื่อพระศาสนาและประเทศชาติเหมือนพระอื่นๆบ้าง จักเป็นการประเสริฐ" เมื่อไม่รู้เท่าทันว่า ความคิดเช่นนี้เป็นกามฉันทะชนิดหนึ่ง ซึ่งปรากฏขึ้นแก่ตัวท่านเองในลักษณะเช่นนั้น ในที่สุดย่อมทอดทิ้งการปฏิบัติของตนเองเสีย อาการเกิดขึ้นของกามฉันทะสำหรับนักปฏิบัติโดยนัยนี้มีมากมายนัก จะนำมาอธิบายในที่นี้ให้หมดสิ้นย่อมเป็นไป

ไม่ได้ นักปฏิบัติควรใช้ปัญญาพิจารณาให้เข้าใจถ่องแท้ จะได้ไม่หลงตกอยู่ในอำนาจของกามฉันทะ แต่ควรมุ่งมั่นเพื่อการปฏิบัติภาวนาให้ประสบความสำเร็จด้วยดีเถิด

ความดำริผิดๆเกี่ยวกับสภาวะปรุงแต่งทั้งหลาย โดยความยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นสตรี บุรุษ สัตว์ บุคคล สภาวะเที่ยงแท้ ความสุข ความสวยงาม เป็นต้น ย่อมเป็นเหตุทำกามฉันทะที่ไม่เกิดให้เกิดมีขึ้น และทำกามฉันทะที่เกิดขึ้นแล้วให้เจริญยิ่งๆขึ้นไปอีก ยิ่งไปกว่านั้น การได้พบเห็น ได้สนทนากับบุคคลบางคนซึ่งเมื่อได้พบเห็นและสนทนาด้วยกันแล้ว เป็นเหตุให้เกิดกามฉันทะ ถ้าได้พบเห็นกันบ่อยๆ ได้พูดจากันบ่อยๆกับบุคคลเช่นนั้น ชักชวนกันสรรเสริญกามคุณ พรรณนาคุณประโยชน์ของกามคุณ หรือพูดชี้แนะไปในทางให้เกิดกามฉันทะ นี้ย่อมเป็นเหตุให้กามฉันทะเกิดมีขึ้น และเจริญงอกงามมากยิ่งขึ้นเช่นกัน โยคาวจรจึงควรหลีกเลี่ยงการคบหาสมาคมกับบุคคลโลเล ซึ่งมักพูดชักจูงให้ออกไปนอกเส้นทางของการปฏิบัติ ชอบพูดดูแคลนการปฏิบัติ ไม่เห็นความสำคัญของการปฏิบัติ ไม่ให้เกียรตินักปฏิบัติ หรือชอบพูดคุยแต่ในด้านยั่วยุกามารมณ์ เป็นต้น

ในบางกรณี อาจมีบุคคลเข้ามาหาโยคาวจรด้วยลักษณะเป็นมิตร และแสดงความเห็นอกเห็นใจ พลางพูดตอกย้ำว่า การปฏิบัติธรรมเป็นเรื่องไร้สาระ ส่วนการเสวยกามคุณเป็นเรื่องดีงาม ถ้าหากโยคาวจรยอมรับและสมาคมกับบุคคลเช่นนี้ ไม่ใช่เพียงกามฉันทนิวรณ์เท่านั้น แม้นิวรณ์อื่นๆทั้งหมดย่อมเกิดมีขึ้นได้ ในที่สุด โยคาวจรนั้นแหละอาจตกลงสู่ฐานะเดียวกันกับบุคคลเหล่านั้น จึงสมควรอย่างยิ่งที่นักปฏิบัติต้องระมัดระวังบุคคลเช่นนี้เป็นพิเศษ การสมาคมกับสัตบุรุษผู้ชี้แนะทุกข์โทษของกามคุณ และสรรเสริญอานิสงส์ของการปฏิบัติย่อมเป็นประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับโยคาวจร นักปฏิบัติผู้มีจิตเปี่ยมศรัทธา มีความเบื่อหน่ายในสังสารวัฏ เหตุเพราะได้สดับฟังพระสัทธรรมก็ดี หรือได้สมาคมกับสัตบุรุษก็ดี แม้บรรเทากามฉันทะให้เบาบางลงได้แล้วด้วยการเจริญภาวนา แต่กามฉันทะอาจกลับคืนเกิดขึ้นใหม่ได้อีก ถ้าหากโยคาวจรถูกกามฉันทะคอยบีบคั้นอยู่เนืองๆไซร้ พึงท่องจำข้อความต่อไปนี้ เพื่อใช้ในการเจริญภาวนาสืบต่อไป

บทภาวนาเพื่อทำลายกามฉันทะ

กามคุณทั้งหลายประกอบด้วยโทษมหันต์ แต่มีรสอร่อยเพียงเล็กน้อย เหมือนชิ้นกระดูกเปื้อนเลือดแต่ปราศจากเนื้อ

กามคุณทั้งหลายเป็นเหมือนชิ้นเนื้อ เพราะเป็นสิ่งสาธารณะทั่วไปแก่สัตว์ทั้งหลาย

กามคุณทั้งหลายเป็นเหมือนเปลวไฟ ย่อมเผาไหม้บุคคลผู้ยึดถือเป็นเจ้าของกามคุณเหล่านั้น

กามคุณทั้งหลายเป็นของร้อนยิ่งนัก เปรียบเหมือนหลุมถ่านเพลิงที่กำลังลุกโชนอยู่

กามคุณทั้งหลายเป็นของไม่ยั่งยืน ดังนั้น จึงเป็นเหมือนความฝัน

กามคุณทั้งหลายเป็นของชั่วคราว เปรียบเหมือนสิ่งของที่หยิบยืมจากบุคคลอื่นมา

กามคุณทั้งหลายเป็นเหตุให้มือและเท้าหักได้ จึงเป็นเหมือนผลไม้ซึ่งอยู่บนต้นไม้สูงๆ

กามคุณทั้งหลายย่อมตัดหรือบาดบุคคลที่ยึดติดอยู่ให้เจ็บปวดเหมือนใบมีดยาวใบมีดสั้นบาดฝ่ามือคนที่กำใบมีดเอาไว้

กามคุณทั้งหลายย่อมทำร้ายบุคคลที่ยึดถือเอาเป็นของๆตนเหมือนกริชอันแหลมคม

กามคุณทั้งหลายย่อมทำร้ายบุคคลที่จับยึดไว้เป็นของๆตน ดุจการจับหัวอสรพิษเอาไว้ในอุ้งมือ

ควรเจริญภาวนาด้วยข้อความเช่นนี้ให้คล่องแคล่วเป็นอย่างดี โดยในเบื้องต้น ควรกำหนดพิจารณาวันละ ๑๐๐ ครั้ง ตลอด ๑๐ วัน หลังจากนั้น เมื่อกามฉันทะเกิดขึ้นในเวลาใด ให้พิจารณาโดยนัยเดียวกันในเวลานั้นแหละ และควรเจริญภาวนาในระหว่างวันเป็นครั้งคราวด้วย เพื่อเตือนใจไม่ให้หลงลืม สิ่งที่เป็นกามคุณนั้นมีทั้งวัตถุทั้งหลาย เช่น อาหาร เครื่องดื่ม เครื่องแต่งกาย ยาน

พาหนะ บ้านเรือน เรือกสวน ไร่นา ทอง เงิน ไข่มุก แก้วมณี ทรัพย์สินต่างๆ เป็นต้น และบุคคลทั้งหลายมีบุตรภรรยา ญาติมิตร และลูกศิษย์ลูกหาเป็นอาทิ นักปฏิบัติจิตตภาวนาควรรู้จักกามคุณ และเห็นกามคุณเหล่านั้นโดยนัยเปรียบเทียบเหมือนกระดูกชิ้นหนึ่ง เป็นต้น ซึ่งเรื่องนี้ไม่จำเป็นต้องอธิบายให้ยืดยาวออกไป เพราะจะทำให้หนังสือนี้มีขนาดใหญ่เกินความจำเป็น

นักปฏิบัติบางคนเป็นผู้มีจริตหนักไปทางด้านกามราคะมาแต่กำเนิด เมื่อเป็นเช่นนี้ ความรู้สึกทางกามราคะย่อมเป็นอุปสรรคอันยิ่งใหญ่ต่อการปฏิบัติของเขา ในบางโอกาส ขณะกำลังเจริญภาวนาอยู่แท้ๆ กามราคะอาจฟุ้งขึ้นมาได้ บางครั้ง ขณะจิตกำลังอยู่ในสมาธิ อาจรู้สึกประดุจว่ามีสตรีเดินเข้ามายืนอยู่ใกล้ๆ มีบ้างที่แม้แต่ภาพสตรีเปลือยกายอาจปรากฏ ณ เบื้องหน้าของเขาได้ ปรากฏการณ์เช่นนี้อาจทำให้ไฟราคะของเขายิ่งลุกโพลงขึ้น ต่อไปนี้จึงเป็นบทภาวนาพิเศษ เพื่อช่วยให้โยคาวจรสามารถบรรเทาความรู้สึกทางกามราคะ อันเป็นอุปสรรคต่อการเจริญภาวนา ให้เบาบางลงไปเสียได้

บทภาวนาเพื่อทำลายกามราคะ

กามราคะเป็นไฟที่เผาไหม้กายและใจ เป็นมีดคมที่ทิ่มแทงทรวงอก เป็นศัตรูที่มาในคราบของมิตร เป็นโจรร้ายที่ปล้นเอาคุณธรรมไปจากเรา เป็นม่านบังดวงตาแห่งปัญญา เป็นโรคร้ายที่ทำให้จิตใจอ่อนแอ เป็นหล่มโคลนที่ยากต่อการปีนป่ายขึ้นมา เป็นห้วงน้ำแห่งความตายที่กลืนกินสัตว์ทั้งหลาย เป็นบาปที่ทำให้สัตว์ตกเป็นทาสอยู่ในโลกนี้ เป็นยมทูตที่ส่งเราไปสู่อบาย เป็นกำแพงขวางกั้นทางไปพระนิพพาน เป็นผีร้ายที่สิงสู่สัตว์ให้เต้นเร่าไปมา ขอกามราคะอันโหดร้ายนี้ อย่าได้เกิดมีแก่เราเลย ขอกามราคะอันโหดร้ายนี้ จงหมดสิ้นไปจากใจของเราเถิด

จงเจริญภาวนาเช่นนี้เป็นเวลา ๑๐ วันเหมือนกับที่ได้อธิบายมาก่อนแล้วในเบื้องต้น หลังจากนั้น ให้นำมากำหนดพิจารณาในเวลาที่กามราคะเกิดมีขึ้น ถ้าหากกำหนดภาวนาตามที่ได้อธิบายมานี้จนครบ ๑๐ วันแล้ว แต่ความบีบคั้นของกามราคะยังไม่สงบลง จงเพิ่มจำนวนการเจริญภาวนาต่อไปอีก จนกว่าจะสงบไปเอง

พยาบาทนิวรณ์

พยาบาท คือ โทสะหรือความโกรธ นี้เป็นสภาวะที่เกิดขึ้นแล้วทำจิตใจให้เสื่อมทราม อ่อนกำลัง และสกปรก เหมือนกองขยะที่เน่าเหม็น สมาธิและปัญญาย่อมไม่เจริญขึ้นในจิตที่อ่อนแอ แม้สมาธิและปัญญาที่เจริญขึ้นแล้วเมื่อจิตอ่อนกำลังลง ย่อมเสื่อมหายไป ดังนั้น พยาบาทจึงเป็นธรรมที่เป็นอันตรายสำหรับโยคาวจร ความโกรธอย่างหยาบชนิดที่เกิดขึ้นแก่ผู้คนซึ่งไม่ได้ศึกษาศาสนา ไม่มีศีลธรรม และทำให้เขาเหล่านั้นทำร้ายด่าทอซึ่งกันและกันย่อมไม่เกิดขึ้นแก่โยคาวจร แม้ความโกรธเช่นนั้นจะเกิดมีขึ้นบ้างก็เพียงนานๆ ครั้ง จึงไม่เป็นอันตรายมากนักสำหรับนักปฏิบัติ ถ้าหากโทสะเช่นนั้นเกิดขึ้นโยคาวจรย่อมทราบได้โดยง่ายว่า นี้เป็นนิวรณธรรม ย่อมสามารถบรรเทาให้เบาบางลงได้

ความโกรธชนิดที่เกิดขึ้นแก่โยคาวจรจนเป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัตินั้นเป็นความโกรธที่ค่อนข้างละเอียดอ่อน จนบางทีแทบไม่อาจรู้ได้ว่า นั้นเป็นพยาบาทนิวรณ์ ดังโยคาวจรผู้อาศัยอยู่ใกล้ๆกันกับบุคคลผู้คอยหมายปองร้ายหรือคอยสร้างความเดือดร้อนให้ตนเองอยู่เนืองนิตย์ จิตของโยคาวจรอาจเกิดความหงุดหงิดขึ้นมาบ่อยๆเพราะอาศัยบุคคลเช่นนั้น แม้ความโกรธนั้นจะมีความละเอียดอ่อนสักเพียงใด แต่ถ้าเกิดขึ้นบ่อยๆ ภาวการณ์เช่นนี้ย่อมเป็นอันตรายต่อการปฏิบัติของตนได้ เว้นเสียแต่นักปฏิบัติซึ่งมีพัฒนาการในระดับสูงแล้ว นักปฏิบัติ “มือใหม่” ย่อมไม่สามารถรับมือกับความโกรธ ซึ่งเกิดขึ้นเพราะบุคคลเช่นนั้นได้ จึงยากจะดำเนินการปฏิบัติของตนให้ราบรื่นต่อไป ถ้าโยคาวจรท่านใดมีปรปักษ์ประเภทนี้อยู่ใกล้ๆ ควรหมั่นเจริญเมตตาภาวนาเพื่อเปลี่ยนเขาให้เป็นมิตร ถ้าไม่สามารถทำเช่นนั้นได้ ควรย้ายไปพำนักในที่อื่นซึ่งผู้เป็นอริไม่สามารถตามไปรบกวนการปฏิบัติของตนได้

แม้ในกรณีที่ไม่สามารถบรรลุฌานสมาบัติหรือมรรคผลได้รวดเร็วดังมุ่งหวังไว้ หรือในเวลารู้สึกปวดเอว หรือปวดแขนขาก็ตาม หรือถูกเบียดเบียนด้วยสิ่งต่างๆ อาทิเช่น ฝน ลม แมลง หรือยุง เป็นต้น หรือไม่ได้รับการช่วยเหลือจากบุคคลอื่นตามที่คาดหมายไว้ สิ่งเหล่านี้อาจทำให้นักปฏิบัติไม่มีความสุขในการเจริญภาวนา ความโกรธที่เกิดขึ้นนั้นอาจละเอียดอ่อนมาก จนนักปฏิบัติไม่

ตระหนักว่า นี้เป็นพยาบาทนิวรณ์ ความโกรธที่ละเอียดอ่อนนี้แหละเป็นอันตรายอย่างยิ่งต่อการปฏิบัติของโยคาวจร เมื่อความโกรธเช่นนี้เกิดขึ้นบ่อยๆ ย่อมทำให้ความเพียรของโยคาวจรแผ่วลง จิตใจท้อแท้อ่อนกำลัง ไม่มีความยินดีในการเจริญภาวนา โยคาวจรผู้เจริญภาวนาโดยที่จิตใจไม่มีความยินดีนั้น ยิ่งฝืนปฏิบัติไป ความไม่พอใจหรือโทสะยิ่งเจริญกล้าแข็งมากขึ้น จนเกิดความรู้สึกอยากละเลิกการปฏิบัติเสียเลยทีเดียว ครั้นคิดไปคิดมาอยู่เช่นนี้ บางทีโยคาวจรนั้นถึงกับปล่อยวางการเจริญภาวนาไปโดยสิ้นเชิงเลยก็เป็นได้

นักปฏิบัติบางคนเป็นผู้มีความมักโกรธเป็นเจ้าเรือนมาแต่กำเนิด บุคคลเช่นนี้ย่อมโกรธคนอื่นได้ แม้ผู้นั้นไม่ได้กระทำความผิดใดๆต่อตนเองเลยก็ตาม คือเที่ยวหาเรื่องโกรธและผูกใจเจ็บต่อผู้อื่น ในข้อบกพร่องหรือข้อด้อยของเขาแม้ไม่เกี่ยวข้องกับตนเองด้วยประการใดๆ หรือในการกระทำของคนอื่น ซึ่งไม่เป็นที่ชอบใจสำหรับตนเอง บุคคลเช่นนี้ย่อมใช้เวลาส่วนใหญ่ในแต่ละวัน เป็นอยู่ด้วยจิตที่คุกรุ่นด้วยความโกรธ ดังนั้น จึงไม่อาจได้รับผลประโยชน์ใดๆจากการเจริญภาวนา

บุคคลบางคนผู้มีโทสจริตเป็นเจ้าเรือนดังกล่าวอาจหลงผิดไปว่า ความมักโกรธนั้นเป็นคุณธรรมที่ดีงามอย่างหนึ่ง เมื่อหลงผิดไปเช่นนี้ บางทีถึงกับพูดกับคนอื่นในทำนองว่า “ผมทนดูคนพวกนั้นกระทำเรื่องชั่วช้า เรื่องไร้สาระ หรือโกหกพกลมไปวันๆไม่ได้หรอก เห็นเมื่อไรจะเป็นบ้าเสียให้ได้” ทั้งๆที่ความโกรธเป็นความบกพร่องของตนเองแท้ๆ ยังหลงคิดว่าเป็นความดีงามเสียอีก (นักปฏิบัติควรอ่านหนังสือ *วัญจกธรรมและอุปกิเลส** จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง เพื่อป้องกันความหลงผิดเกี่ยวกับนิวรณธรรมเสียได้) ผู้ที่มีปกติหนักไปในโทสจริตแต่กำเนิด ควรเพียรเจริญภาวนาตามนัยที่จะแสดงต่อไปนี้ เพื่อลดละความโกรธให้บรรเทาเบาบางลง

บทภาวนาเพื่อทำลายความโกรธ

ความโกรธเป็นไฟเผาผลาญร่างกายและจิตใจ เป็นพิษร้ายทำให้

---

* โดย พระเรรุกาเน จันทวิมลมหาเถระ – *ผู้แปล*

ขาดสติ เป็นผีร้ายที่สิงสู่ร่างของมนุษย์ เป็นโรคร้ายทำให้จิตใจอ่อนแอ เป็นม่านบังดวงตาแห่งปัญญา เป็นศัตรูในคราบของมิตร เป็นโจรปล้นเอาคุณธรรมไป เป็นอาหารเจือยาพิษ เป็นอสรพิษร้ายซึ่งขบกัดผู้ที่ได้พบเห็น เป็นขวากหนามในเส้นทางสู่พระนิพพาน เป็นทูตของพญายม ขอความโกรธซึ่งนำความพินาศมาให้ทั้งแก่ตนเองและแก่ผู้อื่นนี้ จงอย่าได้บังเกิด มีแก่ข้าพเจ้าเลย ขอความโกรธจงหมดไปจากจิตใจของข้าพเจ้า ขอสรรพสัตว์จงเป็นสุขเถิด ข้าพเจ้าเป็นมิตรกับสัตว์ทั้งปวง แม้สัตว์ทั้งปวงจงเป็นมิตรกับข้าพเจ้าด้วยเทอญ

จงเจริญภาวนาเช่นนี้วันละ ๑๐๐ ครั้ง เป็นเวลา ๑๐ วัน หลังจากนั้นให้นำมากำหนดพิจารณาทุกครั้งที่รู้สึกโกรธ การฝึกฝนเจริญเมตตาภาวนาเป็นกรณีพิเศษ เพื่อบรรเทานิสัยมักโกรธ ย่อมเป็นการปฏิบัติที่ดีงามเช่นกัน ท่านสามารถเรียนรู้วิธีปฏิบัติเพื่อทำลายละความโกรธเป็นอเนกประการ โดยหาอ่านได้ในพรหมวิหารนิเทศแห่งคัมภีร์วิสุทธิมรรคนั้นแล

ถีนมิทธนิวรณ์

ถีนมิทธนิวรณ์ คือ อาการที่จิตและเจตสิกมีกำลังอ่อน ไม่เหมาะควรแก่การงาน เมื่อถีนมิทธะมีอาการรุนแรงขึ้น แม้แต่ร่างกายของโยคาวจรก็พลอยหมดเรี่ยวแรงไปด้วย บางทีอาจรู้สึกว่าร่างกายโอนเอนไปมา หรืองอุ้มไปข้างหน้า มีความรู้สึกง่วงเหงาหาวนอน ถ้าถีนมิทธะมีอาการรุนแรงมากยิ่งขึ้น อาจถึงกับล้มพับหลับไปเลยก็ได้ ดังนั้น ในเวลาที่ถีนมิทธะเกิดขึ้นแก่โยคาวจร ย่อมมีผลทำให้ความเพียรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาย่อหย่อนลง โยคาวจรจึงอาจยุติการปฏิบัติไปเสียเฉยๆก็ได้ ถีนะและมิทธะเป็นอกุศลเจตสิก ๒ ดวง จึงไม่มีทางเกิดร่วมกับจิตที่ยกขึ้นสู่วิปัสสนาได้ไม่ว่าในกาลไหนๆ แต่เมื่อจิตประกอบด้วยถีนมิทธะเกิดมีขึ้นแก่โยคาวจร ย่อมมีผลทำให้จิตทั้งหลายที่เกิดตามมาในเวลาใกล้เคียงกันนั้น ไม่มีกำลังเท่าที่ควร แม้จิตเหล่านั้นมิได้มีถีนมิทธะประกอบอยู่ด้วยก็ตาม นั่นย่อมเป็นเพราะถีนมิทธะซึ่งเกิดมาก่อนหน้านั้นเอง

ด้วยอำนาจของจิตที่ประกอบด้วยถีนมิทธะ แม้แต่วิริยเจตสิกในวิปัสสนาจิตก็อ่อนกำลังลง ไม่อาจยกระดับขึ้นสู่ความเป็นสัมมัปปธาน อิทธิบาท อินทรีย์ พละ โพชฌงค์ หรือองค์แห่งมรรคได้ การเจริญวิปัสสนาภาวนาด้วยจิตที่ปราศจากความเพียรอันแรงกล้า ทั้งวิริยเจตสิกก็ไม่สามารถเข้าสู่สถานะแห่งธรรมขั้นสูง มีสัมมัปปธานเป็นอาทินั้น ย่อมไม่มีทางยังโลกุตตรมรรคให้เกิดมีขึ้นได้ การบรรลุถึงขั้นโลกุตตรมรรค ต้องอาศัยวิปัสสนาจิตอันประกอบด้วยวิริยะที่มีกำลังกล้า ตั้งมั่นอยู่ในสถานะแห่งสัมมัปปธานและอิทธิบาทเป็นต้นเสียก่อน เพราะเหตุที่ถีนมิทธะเป็นอุปสรรคต่อวิปัสสนาเช่นนี้เองด้วย และเพราะเหตุทำให้วิปัสสนาจิตอ่อนกำลังลงด้วย ถีนมิทธะจึงเป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติของโยคาวจร

บางครั้ง ถีนมิทธะที่เกิดขึ้นในจิตของโยคาวจรอาจมาในรูปของสมาธิ เมื่อถีนมิทธะเกิดขึ้นในลักษณะเช่นนั้น โยคาวจรอาจไม่ทันสำเหนียกว่า แท้จริงนั้นคือถีนมิทธะ ครั้นโยคาวจรหลงเข้าใจผิด จึงแทนที่จะปฏิบัติเพื่อบรรเทาถีนมิทธะอันควรลดละ กลับไปเจริญถีนมิทธะเสียอีก ดังนั้น สมควรกล่าวได้ว่า ถีนมิทธะชนิดละเอียดอ่อนซึ่งมาในรูปของสมาธินี้แหละ เป็นอุปสรรคสำหรับโยคาวจรยิ่งกว่าถีนมิทธะอย่างหยาบ

มูลเหตุให้เกิดถีนมิทธะและทำให้ถีนมิทธะเจริญงอกงามขึ้น มีดังต่อไปนี้ คือ ความไม่ยินดีในการเจริญภาวนา ความที่ร่างกายอ่อนเปลี้ยเพลียแรง สรีระหนักไปทางด้านนั้นด้านนี้ ร่างกายงองุ้ม (นั่งไม่ตรง) อาการเมาอาหาร การไม่ใส่ใจพิจารณาตามควรในเรื่องที่เกี่ยวกับความท้อถอยทางใจ มีกามฉันทะเกิดขึ้นในจิต รับประทานอาหารผิดสุขลักษณะ รับประทานอาหารไม่เพียงพอต่อการดำรงชีวิตที่ดี เป็นอยู่ในที่หนาวเกินไป ร้อนเกินไป ร่างกายอ้วนเกินไป ผอมเกินไป มีโรคภัยเบียดเบียน คบหาสมาคมกับคนเกียจคร้าน นั่งนอนบนอาสนะที่ใหญ่และสบายเกินควร การอยู่ในที่มืด (ทำให้อยากนอนหลับ) เป็นต้น

ส่วนเหตุปัจจัยที่ทำให้ถีนมิทธะบรรเทาเบาบางลงมีดังนี้ เป็นต้นว่า การปฏิบัติเพื่อทำลายเหตุแห่งถีนมิทธะ หมั่นใคร่ครวญคำสอนเพื่อเจริญความเพียร การดูแลรักษาร่างกายให้ดี คบหาสมาคมกับกัลยาณมิตร สดับฟังคำสอนที่หนัก

ไปในทางส่งเสริมความเพียร อาศัยอยู่ในที่ปลอดโปร่งมีอากาศถ่ายเทสะดวก เพ่งพิจารณาแสงสว่างเป็นอารมณ์ การเปลี่ยนอิริยาบถเป็นครั้งคราว หรือไตร่ตรองเกี่ยวกับปฏิปทาของวีรชนผู้มีความเพียร

อุทธัจจกุกกุจจนิวรณ์

อุทธัจจะ คือ อาการสั่นไหวของจิตที่เป็นไปด้วยความหวั่นไหวในอารมณ์ เหมือนลมพัดพื้นดินวูบหนึ่ง กุกกุจจะ คือ สภาวะความร้อนใจซึ่งเกิดขึ้นเกี่ยวกับความผิดที่ได้กระทำแล้ว หรือความดีที่ควรกระทำแต่ไม่อาจกระทำได้ ทั้ง ๒ ประการนี้เป็นอุปสรรคต่อการเจริญสมาธิเหมือนๆกัน เหตุนั้น พระพุทธองค์จึงตรัสรวมธรรมเหล่านั้นไว้ในฐานะเป็นนิวรณธรรมเดียวกัน ถ้าจิตที่ประกอบด้วยอุทธัจจกุกกุจจะเกิดมีขึ้นเป็นอันมาก แม้เพียรภาวนาอยู่ ย่อมไม่อาจเจริญสมาธิให้เกิดมีขึ้นได้ เมื่อไม่มีสมาธิ วิปัสสนาญาณย่อมไม่มีกำลังเพียงพอต่อการบรรลุมรรคผลใดๆ ดังนั้น จึงจัดอุทธัจจกุกกุจจะไว้เป็นนิวรณ์ชนิดหนึ่ง บางครั้ง อุทธัจจกุกกุจจะอาจปรากฏขึ้นในจิตตสันดานของโยคาวจรโดยลักษณะของความเพียร บางที อาจปรากฏขึ้นในลักษณะของผู้ใคร่ศึกษา เพราะเหตุที่อุทธัจจกุกกุจจะประเภทที่มาในรูปของกุศลธรรมนั้น เมื่อเกิดขึ้นย่อมเป็นการยากที่โยคาวจรจะรู้เท่าทันได้ อุทธัจจกุกกุจจะที่เกิดขึ้นในรูปแบบนี้จึงเป็นอันตรายสำหรับโยคาวจรมากยิ่งกว่า

อุทธัจจกุกกุจจะย่อมเกิดขึ้น และเจริญงอกงามขึ้นด้วยเหตุทั้งหลาย เป็นต้นว่า เจริญความเพียรมากกว่าสมาธิ หมกมุ่นในความบริสุทธิ์แห่งศีลมากจนเกินแก่เหตุ ไม่ไตร่ตรองตามควรแก่การณ์ถึงเหตุปัจจัยที่ทำให้จิตของผู้ปฏิบัติฟุ้งซ่าน

ส่วนเหตุทั้งหลายที่ทำให้อุทธัจจกุกกุจจะเบาบางลงย่อมมีอยู่เช่นกัน เป็นต้นว่า การใช้ปัญญาพิจารณาอาการแห่งสมาธิ ศึกษาให้รู้จักอุทธัจจกุกกุจจะเป็นอย่างดี หมั่นสดับฟังเพื่อเรียนรู้เรื่องที่ยังไม่รู้ ความเป็นผู้ทรงพระวินัย เป็นพหูสูต การคบหากับกัลยาณมิตร สมาคมกับผู้มีอายุ หรือสดับฟังธรรมอันเป็นสัปปายะ

วิจิกิจฉานิวรณ์

ความสงสัยอันเกิดขึ้นในพระพุทธเจ้าเป็นต้น เรียกว่า วิจิกิจฉา โดยเฉพาะอย่างยิ่ง นักปฏิบัติควรต้องมีความเชื่อมั่นในพระบรมศาสดาของตนเอง และมีความเชื่อมั่นเกี่ยวกับการเจริญภาวนาที่ตนเองกำลังปฏิบัติอยู่ ยิ่งความเชื่อมั่นลดน้อยถอยลงเท่าใด ความเคารพและความอุตสาหะในการเจริญภาวนายิ่งเสื่อมถอยลงเท่านั้น ยิ่งคุณธรรมเหล่านี้เสื่อมถอยลงเท่าใด ผลจากการภาวนายิ่งทรามลงตามไปด้วยเท่านั้น ครั้นเมื่อผลจากการเจริญภาวนาลดน้อยถอยลง ความสงสัยแคลงใจยิ่งทวีมากขึ้น จนในที่สุด โยคาวจรอาจถึงกับตัดสินใจละทิ้งการปฏิบัติไปเสียทั้งหมดเลยทีเดียว ดังนั้น วิจิกิจฉาจึงเป็นนิวรณธรรมประการหนึ่ง ซึ่งขัดขวางการปฏิบัติธรรมของโยคาวจร บางครั้งวิจิกิจฉาอาจเกิดขึ้นในจิตตสันดานของโยคาวจร ในรูปแบบของความสงสัยใคร่รู้ เมื่อวิจิกิจฉาเกิดขึ้นในลักษณะปลอมแปลงเช่นนี้ โยคาวจรย่อมไม่อาจหยั่งรู้ได้โดยง่ายเลยว่า นั่นคือวิจิกิจฉาชนิดหนึ่ง วิจิกิจฉาแบบที่ว่านี้จึงเป็นอุปสรรคหนักยิ่งขึ้นไปอีก

ในสมัยนี้ ผู้คนมากหลายที่แสดงตนเองว่าเป็นชาวพุทธทั้ง ๒ ฝ่าย คือทั้งฝ่ายคฤหัสถ์และฝ่ายบรรพชิต ต่างไม่มีความเชื่อมั่นในพระรัตนตรัย ไม่มีความเชื่อมั่นในการปฏิบัติ และไม่มีความเชื่อมั่นว่า โลกหน้ามีอยู่จริง การคบหาสมาคมกับบุคคลเช่นนั้น การสดับฟังบุคคลเช่นนั้นแสดงความคิดเห็นหรืออ่านบทความที่บุคคลเช่นนั้นเขียนขึ้นมา ล้วนเป็นเหตุให้วิจิกิจฉาที่ยังไม่เกิดมี ย่อมเกิดมีขึ้น และวิจิกิจฉาที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมีกำลังมากขึ้น แม้โยคาวจรจะเป็นผู้มีจิตศรัทธามั่นคงเพียงใด มีความรู้มากมายปานใด มีปัญญาลุ่มลึกขนาดไหนก็ตาม ตราบใดยังมิได้ทำลายวิจิกิจฉาเสียด้วยมรรคญาณแล้ว วิจิกิจฉานั้นย่อมหลบซ่อนอยู่ในจิตตสันดานของเขา ดุจถ่านไฟที่ปกคลุมอยู่ด้วยขี้เถ้า ฉะนั้น

ตราบใดวิปัสสนาญาณยังไม่เจริญถึงที่สุด จนสามารถทำลายวิจิกิจฉาได้โดยความเป็นสมุจเฉทปหานแล้วไซร้ หากโยคาวจรคบหาสมาคมกับบุคคลโลเลเป็นเหตุให้วิจิกิจฉาที่ยังไม่เกิดมีนั้น เกิดมีขึ้น และวิจิกิจฉาที่เกิดขึ้นแล้ว มี

กำลังมากยิ่งขึ้นไปอีก วิจิกิจฉาซึ่งนอนเนื่องเป็นอนุสัยอยู่ก่อน ย่อมปรากฏขึ้นเป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรม ดังนั้น โยคาวจรจึงควรระมัดระวังไม่สดับฟังคำพูดของบุคคลที่มีความคิดไร้สาระ หรือเข้าไปสมาคมใกล้ชิดกับบุคคลเช่นนั้น บางครั้ง บุคคลที่มีความคิดเหลาะแหละโลเล อาจตั้งคำถามต่างๆนานา ทำให้โยคาวจรที่บารมียังไม่แก่กล้า สับสนกับการปฏิบัติของตน โยคาวจรจึงไม่ควรวุ่นวายตอบคำถามเหล่านั้น หรือสาละวนโต้เถียงกับบุคคลเช่นนั้น ควรเอาใจใส่ในการปฏิบัติของตนเป็นสำคัญ ยิ่งไปกว่านั้น วิจิกิจฉาอาจเกิดขึ้นได้เหตุเพราะไม่ได้ศึกษาให้รู้จักวิจิกิจฉาเป็นอย่างดีมาก่อน และเพราะไม่คอยตามพิจารณาโทษของวิจิกิจฉาด้วย

ส่วนเหตุปัจจัยเพื่อบรรเทาวิจิกิจฉาให้หมดสิ้นไป มีดังต่อไปนี้ คือ หมั่นใช้โยนิโสมนสิการพิจารณาธรรมทั้งที่เป็นกุศลและอกุศล เพียรศึกษาธรรมให้มีความรู้ความเข้าใจ เป็นผู้ได้ไต่สวนทวนถามเกี่ยวกับพระรัตนตรัยมาแล้วเป็นอย่างดี มีความรู้ในพระวินัย มีศรัทธาเป็นอย่างยิ่ง คบหาสมาคมกับกัลยาณมิตรและสดับธรรมอันเหมาะควรสำหรับตน ดังนี้

อุปสรรคจากภายนอก

นักปฏิบัติบางคนเจริญภาวนาจนมีความก้าวหน้า เกือบบรรลุธรรมเบื้องสูงมีฌานสมาบัติเป็นต้นอยู่แล้ว แต่ไม่อาจปฏิบัติให้เจริญรุดหน้าต่อไปได้เพราะเกิดโรคร้ายอย่างรุนแรงขึ้นและเรื้อรังอยู่เป็นเวลายาวนาน จนสุดที่จะเจริญภาวนาต่อไปได้อีก เขาย่อมเสื่อมจากพัฒนาการซึ่งได้บรรลุแล้วนั้น เมื่อโยคาวจรใช้เวลาอันยาวนานในการรักษาโรค แม้หายจากโรคร้ายแล้ว และกลับมาเริ่มต้นเจริญภาวนาใหม่ บางทีอาจไม่สามารถบรรลุถึงพัฒนาการที่เคยได้แล้วก็เป็นได้

โยคาวจรบางท่านอาจมีปรปักษ์คนใดคนหนึ่งหรือหลายคนคอยขัดขวางรบกวน ทำให้เป็นอุปสรรคในการปฏิบัติ เมื่อถูกเบียดเบียนอยู่อย่างนี้ ย่อมไม่สามารถเจริญภาวนาได้โดยสะดวก ทำให้เสื่อมจากการปฏิบัติได้ บางครั้ง ครั้นนานๆเข้า เมื่อไม่สามารถหลบหลีกจากการก่อกวนของปรปักษ์ โยคาวจรอาจ

ถูกดึงเข้าไปสู่ความวุ่นวายได้ และเพราะเหตุต้องมัวแต่สาละวนหาทางออกอยู่นั้นเอง โยคาวจรจึงเสื่อมจากการเจริญภาวนา

โยคาวจรบางท่านเป็นผู้เจริญด้วยลาภสักการะที่ “ไหลมาเทมา” ทั้งผู้คนจำนวนมากอาจเดินทางมาพบหา เมื่อมัววุ่นวายปฏิบัติตนไปตามสิ่งที่เกิดขึ้นนั้น อย่าว่าแต่จะปฏิบัติให้ก้าวหน้าต่อไปเลย แม้แต่จะรักษาพัฒนาการที่มีอยู่แต่เดิมก็ทำไม่ได้เสียแล้ว ครั้นโยคาวจรเสื่อมลงจากการปฏิบัติเหตุเพราะลาภสักการะ เป็นต้น ที่เกิดขึ้นนั้น ในที่สุด แม้ลาภสักการะก็พลอยเสื่อมตามไปด้วยภาวการณ์เช่นนี้ย่อมเป็นไป ตราบเท่าที่โยคาวจรยังเสื่อมอยู่จากการปฏิบัตินั้นแหละ

นักปฏิบัติบางคนอาจมีสตรีเพศเข้ามาหลงใหลติดพัน ถ้าหากหลวมตัวไปกับความยั่วยวนของเธอเข้า นักปฏิบัติผู้นั้นย่อมเสื่อมจากการปฏิบัติอย่างแน่นอน ถ้าลงว่ามีสตรีเข้ามายุ่งเกี่ยวเมื่อใด สมควรที่โยคาวจรจะต้องหวาดกลัวยิ่งกว่าสิ่งอื่นใดทั้งหมดเลยทีเดียว ถ้าหากว่าหลีกเลี่ยงไม่ได้ นักปฏิบัตินั้นแหละควรย้ายตัวเองหนีไปอยู่เสียที่อื่น เพราะวิสัยของปุถุชนยากที่จะเชื่อถือหรือวางใจได้

นักปฏิบัติบางคนอาจมีพลังพิเศษสามารถรักษาโรคได้ บางคนมีอำนาจจิตสามารถขจัดภัยพิบัติอันเกิดจากภูตผีปีศาจได้ ถ้าโยคาจรเริ่มต้นทำเรื่องเหล่านั้น จะมีผู้คนมาหาไม่หยุดหย่อน ความหมกมุ่นอยู่ในกิจดังกล่าวย่อมทำให้โยคาวจรเสื่อมจากการปฏิบัติ เมื่อเสื่อมจากการปฏิบัติแล้ว พลังอำนาจที่มีอยู่ย่อมหมดไปด้วย

นักปฏิบัติบางคนสามารถมองเห็นภูตผีได้ แต่บางครั้งภูตผีเหล่านั้นก็สร้างความเดือดร้อนให้แก่นักปฏิบัติได้เช่นกัน บางทีภูตผีอาจก่อเกิดอันตรายบางอย่างให้แก่ลูกเมียของโยคาวจร หรือบางทีภูตผีอาจมาสิงสู่ในสถานที่ที่เขาอาศัยอยู่นั้นแหละ และก่อเรื่องเดือดร้อนให้ใครต่อใครในบ้านหลังนั้นได้

ข้อที่ว่าอุปสรรคเหตุขัดข้องต่างๆเหล่านี้ ย่อมเกิดขึ้นได้แก่โยคาวจรนั้นเป็นความจริงที่ข้าพเจ้าได้รู้เห็นโดยไม่มีความสงสัยเลยแม้แต่น้อย ถ้าลองสอบถามดูจากโยคาวจรที่ผ่านการปฏิบัติอย่างจริงจังมาสักระยะหนึ่ง หลายคนคงเล่า

ให้ฟังได้ว่า มีสิ่งต่างๆมารบกวนการปฏิบัติมากมายเพียงใด นักปฏิบัติทั้งหลายเป็นอันมากต่างยอมรับว่า อันตรายทั้งหลายเหล่านี้ล้วนเป็น "มาร" ที่โยคาวจรต้องประสบ ดังมีภูตบางจำพวกซึ่งจัดอยู่ในกลุ่มของเทพ ไม่ยินดีที่ได้เห็นมนุษย์บรรลุธรรมขั้นสูงมีฌานสมาบัติเป็นต้น จึงพยายามขัดขวางการปฏิบัติมิให้ท่านเหล่านั้นบรรลุธรรมได้ หรือบางทีย่อมรบกวนแม้บุคคลที่ได้บรรลุธรรมแล้วให้ได้รับความเดือดร้อน ภูตทั้งหลายเหล่านี้แหละที่เรียกกันว่า *มาร*

มีเรื่องเล่าไว้ใน *มารตัชชนียสูตร* แห่งคัมภีร์มัชฌิมนิกาย ถึงมารตนหนึ่งชื่อ ทูสี ซึ่งเข้าสิงสู่ในร่างของมนุษย์แล้ว ดลใจให้บริภาษด่าว่าพระภิกษุสาวกของพระกกุสันธสัมมาสัมพุทธเจ้า ครั้นไม่อาจทำให้จิตของเหล่าพระสาวกของพระพุทธเจ้าเกิดความขุ่นมัวได้ มารจึงคิดว่าจะล่อลวงท่านเหล่านั้นด้วยลาภสักการะ โดยมีเจตนาให้เหล่าพระสาวกเกิดความว้าวุ่นขึ้นในดวงจิต จากนั้นได้เข้าสิงสู่ร่างของมนุษย์ทั้งหลาย ดลใจให้น้อมนำลาภสักการะมาถวายแก่พระสาวกเป็นอันมาก แม้ได้กระทำเช่นนั้นแล้ว ยังไม่อาจล่อลวงท่านให้หลงใหลในลาภสักการะได้ มารจึงบังเกิดความโกรธ เข้าสิงสู่ร่างของเด็กชายคนหนึ่งแล้ว ดลใจให้เด็กนั้นขว้างปาก้อนหินใส่ ถูกศีรษะของพระวิธุรเถระ พระอัครสาวกของพระกกุสันธสัมมาสัมพุทธเจ้า จนถึงกับศีรษะแตกเลยทีเดียว

มีเรื่องราวเล่าไว้ในพระสูตรและพระวินัยหลายแห่งว่า แม้พระพุทธเจ้าของเราตลอดจนพระภิกษุและพระภิกษุณี ก็เคยถูกมารรบกวนหลายครั้งหลายหน ในปัจจุบันนี้ อุปสรรคทั้งหลายซึ่งเกิดขึ้นแก่โยคาวจร ถ้าไม่ได้เป็นเพราะเหตุผลอื่น ก็อาจเป็นเพราะการเบียดเบียนของมารนั้นเอง ดังมีเรื่องราวบันทึกไว้ในคัมภีร์ต่างๆเป็นอันมาก เกี่ยวกับการเบียดเบียนรบกวนของมาร จึงน่าจะยอมรับได้ตามที่นักปฏิบัติเชื่อกันว่า อุปสรรคหรือเหตุขัดข้องเหล่านั้นเกิดขึ้นเพราะมารเป็นผู้กระทำ ทั้งยังมีบันทึกถึงวิธีการต่างๆเป็นอันมากด้วย สำหรับโยคาวจรได้ใช้ป้องกันตนจากภูตซึ่งเป็น "มาร" เหล่านั้น

การเข้าถึงพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งด้วยลักษณาการทั้ง ๔ คือ (๑) ด้วยการมอบกายถวายชีวิต (๒) ด้วยความศรัทธาและภักดีเป็นอย่างยิ่ง (๓) ด้วยการเข้าไปเพื่อศึกษาและปฏิบัติ (๔) ด้วยการแสดงความเคารพนอบน้อมอย่างที่สุด

เป็นวิธีการหนึ่งในการป้องกันหรือบรรเทาการเบียดเบียนจากหมู่มาร การสวดสาธยายพระปริตรเพื่อคุ้มครองรักษาตน มีรัตนสูตรเป็นต้น ก็เป็นอีกวิธีการหนึ่ง การสาธยายพระสูตรซึ่งเหล่าเทวดาชื่นชมยินดีเป็นพิเศษ เช่น มหาสมัย หรือ ธรรมจักร เป็นต้น ก็เป็นอีกวิธีการหนึ่ง การสาธยายบท *อิติปิโส ภควา อรหํ* เป็นต้น เพื่อพรรณนาพระพุทธคุณทั้ง ๙ ประการ ทั้งโดยนัยอนุโลม ปฏิโลม หรือโดยนัยจักรพันธ์ (สลับเปลี่ยนคำ) ก็เป็นอีกวิธีการหนึ่ง การบริกรรม "คาถาป้องกันตัว" ก็เป็นอีกวิธีการหนึ่ง พระมหาเถระชื่อว่า เลดี สยาดอว์ ซึ่งเป็นพระโยคาวจรสุปฏิบัติ และเป็นผู้รจนาคัมภีร์ในพระพุทธศาสนาที่มีชื่อเสียงโด่งดังของประเทศพม่า ทั้งเป็นผู้ที่ชาวพุทธทั้งหลายเป็นอันมากศรัทธาเลื่อมใสว่า ได้บรรลุภูมิธรรมขั้นสูง เชื่อกันว่า คาถาป้องกันตัวที่ท่านใช้มีอยู่ ๓ บทด้วยกัน ดังนี้

๑. *ปฐวิ พล สุนฺทรี สพฺพญฺญู โพธิ มณฺฑลํ*
อสงฺเขยฺยํ มารเสนํ ชโย ชยตุ มงฺคลํ

๒. *กกุสนฺโธ โกณาคมโน กสฺสโป โคตโม มุนี*
เมตฺเตยฺโย ปญฺจ พุทฺธา เต สีเส เม เสนฺตุ สพฺพทา

๓. *เอเตสํ อานุภาเวน ยกฺขา เทวา มหิทฺธิกา*
สพฺเพ ปิ สุขิตา โหนฺตุ มม มิตฺตา สหายกา

คาถาประเภทนี้เป็นคาถาที่มีพลังลี้ลับประจุอยู่ จึงไม่ควรแก้ไขให้ผิดแปลกออกไปด้วยคิดว่า จะทำให้ถูกต้องตามระเบียบภาษาหรือหลักไวยากรณ์ ขอให้ใช้บริกรรมไปตามที่มีอยู่เช่นนั้นเลยทีเดียว ในเบื้องแรกให้บริกรรมคาถานี้วันละ ๑๐๘ จบ เป็นเวลา ๑ สัปดาห์ หลังจากนั้นพึงบริกรรมทั้งเช้าและเย็น บุคคลที่ไม่สามารถทำเช่นนั้นได้ ให้บริกรรมวันละ ๓๗ จบ เป็นเวลา ๒๑ วัน จากนั้น ให้บริกรรมทุกวันทั้งเช้าและเย็น

คาถาป้องกันตัวอีก ๒ บทสำหรับโยคาวจร

๑. *สมฺพุทฺเธ อฏฺฐวีสญฺจ ทฺวาทสญฺจ สหสฺสเก*
ปญฺจสตสหสฺสานิ นมามิ สิรสาทรํ

๒. *เตสํ ธมฺมญฺจ สงฺฆญฺจ อาทเรน นมามิหํ*
นมกฺการานุภาเวน สพฺพภยา อุปทฺทวา
อเนกา อนฺตรายา ปิ วินสฺสนฺตุ อเสสโต

สำหรับคาถาบทแรกที่ให้ไว้นี้ เป็นคาถาแสดงความนอบน้อมแด่พระพุทธเจ้าทั้งหลาย กล่าวคือ พระพุทธเจ้าทั้งหลาย ๒๘ องค์ ซึ่งลงมาตรัสรู้ในโลก จำเดิมแต่กาลแห่งกายะและวจีปณิธานของพระผู้มีพระภาคเจ้าของเราตลอด ๔ อสงไขยแสนกัป และพระพุทธเจ้าทั้งหลาย ๕๑๒,๐๐๐ องค์ ซึ่งเสด็จลงมาตรัสรู้แล้วในโลก จำเดิมแต่กาลแห่งวจีปณิธานตลอด ๙ อสงไขยแสนกัป และจำเดิมแต่กาลแห่งมโนปณิธานตลอด ๗ อสงไขยแสนกัปนั้นแล ทั้งแสดงความนอบน้อมแด่พระธรรมและพระสงฆ์สาวกของพระพุทธเจ้าทั้งหลายเหล่านั้นด้วย ในกรณีคาถานี้ก็เหมือนกัน ควรบริกรรมเป็นเวลา ๑ สัปดาห์ หรือ ๒๑ วัน ดุจเดียวกับคาถาบทก่อนนั้น ครั้นเกิดพลังศักดิ์สิทธิ์ขึ้นแล้ว พึงบริกรรมทั้งเช้าและเย็นเป็นประจำ (ทราบมาว่า ได้มีการนำคาถาทั้ง ๒ นี้ไปใช้เสกยารักษาคนป่วยด้วยในประเทศพม่า บรรดาหมอเวทมนตร์ล้วนนำคาถานี้ไปใช้กันในเรื่องต่างๆเป็นอันมาก)

๑๔
โพธิปักขิยธรรม

โยคาวจรควรศึกษาธรรมที่เอื้ออำนวยต่อโลกุตตรมรรคญาณ (ญาณนี้มีชื่อเรียกว่า *โพธิ*) เพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติให้บรรลุถึงญาณนั้นได้ ธรรมทั้งหลายซึ่งเป็นอุปการะต่อการบรรลุโลกุตตรมรรคญาณ มีชื่อเรียกโดยรวมว่า *โพธิปักขิยธรรม* ได้แก่ธรรมเหล่านี้ คือ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ และมรรคมีองค์ ๘ รวมแล้วเป็น ๗ หมวดหมู่ด้วยกัน แยกโดยประเภทองค์ธรรมแล้วมี ๓๗ ข้อ ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาควรนำโพธิปักขิยธรรมนี้มาใช้ในการปฏิบัติ การเจริญโพธิปักขิยธรรมและการเจริญวิปัสสนาภาวนา ทั้ง ๒ ประการนี้ แม้โดยทฤษฎีจะเป็น ๒ อย่างแยกจากกัน แต่ในแง่ของการปฏิบัติแล้วเป็นสิ่งเดียวกันโดยแท้ เพราะการเจริญวิปัสสนาย่อมเป็นการเจริญโพธิปักขิยธรรม และการเจริญโพธิปักขิยธรรมนั้นแหละ ก็เป็นการเจริญวิปัสสนาด้วยเช่นเดียวกัน

โยคาวจรผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ควรมีความรู้ในโพธิปักขิยธรรมเป็นอย่างดี เพื่อสามารถเจริญวิปัสสนาให้เกิดมีขึ้นได้ เมื่อเรียนรู้แล้ว ควรนำมาพิจารณาอยู่เนืองๆ และควรไตร่ตรองดูว่า ธรรมเหล่านั้นมีอยู่ในตนหรือไม่ ถ้าพบว่าตนเองไม่มีธรรมข้อใด ควรปฏิบัติเพื่อยังธรรมนั้นให้เกิดมีขึ้นในตน โยคาวจรผู้ไม่เพียรพิจารณาโพธิปักขิยธรรม ย่อมไม่สามารถทำองค์ประกอบ

แห่งวิปัสสนาภาวนาของตนให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ได้ เพราะความไม่รู้ไม่เข้าใจในองค์ประกอบอันเกี่ยวเนื่องด้วยการเจริญภาวนาของตน ที่ควรปฏิบัติให้ถึงพร้อมนั่นเอง ตราบใดโพธิปักขิยธรรมยังไม่สมบูรณ์พร้อม ย่อมไม่อาจบรรลุโลกุตตรมรรคได้ จึงขอให้ท่องจำข้อความบาลีทั้ง ๗ ข้อต่อไปนี้ เพื่อใช้กำหนดโพธิปักขิยธรรมตามลำดับ

๑. *จตฺตาโร สติปฏฺจานา กายานุปสฺสนา สติปฏฺจานํ เวทนานุปสฺสนา สติปฏฺจานํ จิตฺตานุปสฺสนา สติปฏฺจานํ ธมฺมานุปสฺสนา สติปฏฺจานํ*

๒. *จตฺตาโร สมฺมปฺปธานา อุปฺปนฺนานํ ปาปกานํ ปหานาย วายาโม อนุปฺปนฺนานํ ปาปกานํ อนุปฺปาทาย วายาโม อนุปฺปนฺนานํ กุสลานํ อุปฺปาทาย วายาโม อุปฺปนฺนานํ กุสลานํ ภิยฺโยภาวาย วายาโม*

๓. *จตฺตาโร อิทฺธิปาทา ฉนฺทิทฺธิปาโท วิริยิทฺธิปาโท จิตฺติทฺธิปาโท วิมํสิทฺธิปาโท*

๔. *ปญฺจินฺทฺริยานิ สทฺธินฺทฺริยํ วิริยินฺทฺริยํ สตินฺทฺริยํ สมาธินฺทฺริยํ ปญฺญินฺทฺริยํ*

๕. *ปญฺจพลานิ สทฺธาพลํ วิริยพลํ สติพลํ สมาธิพลํ ปญฺญาพลํ*

๖. *สตฺตโพชฺฌงฺคา สติสมฺโพชฺฌงฺโค ธมฺมวิจยสมฺโพชฺฌงฺโค วิริยสมฺโพชฺฌงฺโค ปีติสมฺโพชฺฌงฺโค ปสฺสทฺธิสมฺโพชฺฌงฺโค สมาธิสมฺโพชฺฌงฺโค อุเปกฺขาสมฺโพชฺฌงฺโค*

๗. *อฏฺฐมคฺคงฺคานิ สมฺมาทิฏฺฐิ สมฺมาสงฺกปฺโป สมฺมาวาจา สมฺมากมฺมนฺโต สมฺมาอาชีโว สมฺมาวายาโม สมฺมาสติ สมฺมาสมาธิ*

สติปัฏฐาน ๔

จิตที่ไม่ได้รับการฝึกฝนอบรมย่อมมีปกติแล่นไปสู่อารมณ์ทั้งหลาย มีรูปและเสียง เป็นต้น อย่างไร้ระเบียบและไร้ทิศทาง สติปัฏฐานเป็นพลังควบคุมจิตไม่ให้แล่นไปสู่อารมณ์ต่างๆตามอำเภอใจ ทั้งในอารมณ์ที่ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ หรืออารมณ์ที่อาจนำทุกข์โทษมาให้ แต่ย่อมควบคุมให้แล่นไปสู่อารมณ์ที่ควรแก่การปฏิบัติทางจิตเท่านั้น คำว่า *สติ* เป็นชื่อพิเศษของพลัง

ควบคุมจิต เปรียบสติปัฏฐานเป็นเหมือนดังพระราชา ผู้ทรงบังคับพสกนิกรในแว่นแคว้นของพระองค์ ไม่ให้หลงพลัดไปในทางชั่ว และให้ดำเนินตนไปสู่ทิศทางที่ถูกต้องเท่านั้น ในทำนองเดียวกัน สติปัฏฐานย่อมควบคุมจิตให้แล่นไปในหนทางที่ถูกต้อง ถ้าแม้นว่าโยคาวจรไม่รู้จักบริหารจิตของตนตามหลักแห่งสติปัฏฐาน วิปัสสนาภาวนาที่แท้จริงย่อมไม่อาจเป็นไปได้เลย เพราะเพียงเอ่ยปากว่า "ข้าพเจ้าจะภาวนา" ใจก็แล่นไปสู่ที่อื่นเสียแล้ว สติย่อมเจริญขึ้นด้วยการสำรวมจิตไม่ให้แล่นไปสู่อารมณ์อย่างไร้เป้าหมาย และเพียรปฏิบัติภาวนาเท่านั้น เมื่อสติเจริญขึ้น สมาธิและปัญญาย่อมเจริญงอกงามขึ้นเช่นกัน หากปราศจากสติปัฏฐานเสียแล้ว ย่อมไม่มีทางบรรลุฌานสมาบัติหรือมรรคผลแต่อย่างใดได้เลย สติปัฏฐานแม้มีเพียงหนึ่งเดียว แต่ย่อมเป็นไปในจิตของโยคาวจรผู้พิจารณาอารมณ์ทั้ง ๔ คือ กาย เวทนา จิต และธรรม จึงแบ่งออกเป็น ๔ ส่วน ดังนี้

กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน
เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน
จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน
ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การตามพิจารณากายหรือสังขารในส่วนรูป เรียกว่า กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในบรรดานามธรรมทั้งหลายนั้น การตามพิจารณาเวทนา เรียกว่า เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตามพิจารณาจิต เรียกว่า จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตามพิจารณานามธรรมอื่นๆ นอกจากเวทนากับจิตทั้ง ๒ นั้น เรียกว่า ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การปฏิบัติเช่นนี้เป็นการเจริญสติให้เกิดมีขึ้น

สัมมัปปธาน ๔

การเจริญวิปัสสนาเพื่อบรรลุคุณธรรมขั้นสูง มีฌานสมาบัติและมรรคผลเป็นต้น ไม่ใช่เรื่องที่จะกระทำได้โดยง่าย หรือโดยบุคคลผู้ย่อหย่อนในความเพียร โยคาวจรผู้มีความปรารถนาบรรลุคุณธรรมอันประเสริฐเหล่านั้น แม้ว่า

ต้องคร่ำเคร่งปฏิบัติเป็นเวลาอันยาวนานถึงหลายปีก็ตามที ย่อมไม่ "ถอดใจ" ว่า ระยะเวลาในการเจริญภาวนานั้นยาวนานยิ่งนัก ย่อมมุ่งมั่นปฏิบัติต่อไปในเบื้องหน้า ไม่ว่าจะใช้เวลานานสักเท่าใด โดยไม่ยอมท้อถอยเลยแม้แต่น้อย อีกทั้งไม่ว่าจะต้องทนทุกข์และความยากลำบากสักเพียงใด ก็ไม่มีความหวั่นไหวเลย แม้เลือดเนื้อในร่างกายจะเหือดแห้งไป เหลือแต่หนังหุ้มโครงกระดูกและเส้นเอ็นก็ตามที หากแม้นว่าไม่ได้บรรลุผลตามที่ตั้งใจไว้แล้ว ย่อมไม่ยอมหยุดเสียในระหว่างทาง แต่จะตั้งความเพียรอันแรงกล้าบุกบั่นปฏิบัติต่อไปในเบื้องหน้าเท่านั้น ความเพียรเช่นนี้แหละที่เรียกว่า *สัมมัปปธาน*

พระจักขุปาลเถระบรรลุเป็นพระอรหันต์ ด้วยการมุ่งมั่นเจริญภาวนาโดยไม่จำวัด (นอนหลับ) เลยตลอดพรรษา เป็นเวลา ๓ เดือน จนในที่สุดดวงตาทั้ง ๒ ของท่านถึงกับมืดบอดสนิท พระปีติมัลลเถระเพียรเดินจงกรมจนเท้าไม่สามารถเดินอีกต่อไปได้ ท่านก็ไม่ยอมหยุดพักจำวัด ยังคงเดินจงกรมด้วยเข่าต่อไป ขณะที่เดินจงกรมด้วยเข่าอยู่อย่างนั้น วันหนึ่ง นายพรานล่าเนื้อสำคัญผิดว่าเป็นกวาง จึงซัดหอกไปถูกท่าน พระเถระดึงหอกที่เสียบร่างของท่านออก ปิดบาดแผลซึ่งเลือดกำลังไหลอยู่นั้น นั่งลงบนดาดหินแห่งหนึ่งแล้วเจริญภาวนาต่อไปจนบรรลุเป็นพระอรหันต์ในราตรีนั้นเอง ส่วนพระมิลักขะเถระเกิดความง่วงนอนในขณะกำลังเจริญภาวนาอยู่ จึงนำฟางข้าวมามัดรวมกัน จุ่มน้ำให้ชุ่มแล้ววางไว้บนศีรษะ และเอาเท้าแช่น้ำไว้ด้วย เพียรเจริญภาวนาอยู่อย่างนั้นจนได้บรรลุเป็นพระอนาคามี

สัมมัปปธาน คือ ความเพียรแบบเดียวกันกับความเพียรของพระจักขุปาละเถระ เป็นต้น นั่นแหละ แต่ในการปฏิบัติจิตตภาวนาของเรานั้น ควรต้องกระทำพร้อมกับดูแลรักษาร่างกายและชีวิตเอาไว้ด้วย เรื่องนี้จึงไม่ได้หมายความว่า ให้ทำความเพียรจนถึงแก่ชีวิตแต่อย่างใด เพียงแต่ว่า การที่จะภาวนาให้ได้ผลสำเร็จนั้น ในขณะเจริญภาวนา จิตที่พิจารณาไตรลักษณ์แห่งสังขารทั้งหลาย ต้องประกอบด้วยความเพียรแห่งสัมมัปปธาน ในลักษณะเดียวกับความเพียรของพระจักขุปาละเถระ เป็นต้น วิปัสสนาภาวนาของบุคคลผู้ย่อหย่อนความเพียรย่อมมีกำลังน้อย ดังนั้น การภาวนาเช่นนั้นไม่ว่าจะปฏิบัติไปนาน

สักเท่าใด ย่อมย่ำอยู่ที่เดิมนั้นแหละ ไม่อาจมีความเจริญก้าวหน้าทางด้านสมาธิและปัญญาได้ จึงไม่อาจประสบผลสำเร็จใดๆในชาตินี้

สัมมัปปธานแม้มีเพียงหนึ่งเดียว แต่แบ่งออกตามลักษณะแห่งกิจหรือหน้าที่ จึงเป็นสัมมัปปธาน ๔ ประเภท อันได้แก่

ความเพียรเพื่อทำลายละอกุศลซึ่งเกิดขึ้นแล้ว
ความเพียรเพื่อป้องกันอกุศลที่ยังไม่เกิดขึ้น มิให้เกิดมีขึ้นได้
ความเพียรเพื่อยังกุศลที่ยังไม่เกิดขึ้น ให้เกิดมีขึ้น
ความเพียรเพื่อทำกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว ให้เจริญงอกงามยิ่งขึ้น

สัมมัปปธานทั้ง ๔ เหล่านี้ ไม่จำต้องมีแบบฝึกหัดสำหรับฝึกฝนเป็นพิเศษแต่อย่างใด เพราะธรรมนั้นๆย่อมเจริญขึ้น ตามสัดส่วนแห่งการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้นแล

อิทธิบาท ๔

อิทธิ หมายถึง ความสำเร็จหรือกิจใดๆที่กระทำสำเร็จตามความมุ่งหมายที่ได้ตั้งไว้ การได้รับสิ่งที่คาดหมายว่าจะได้รับ การยังสิ่งที่มุ่งหมายว่าจะต้องทำให้เกิดมีขึ้น ให้เกิดมีขึ้นได้ หรือการพัฒนาเพิ่มพูนสิ่งที่คาดหวังเอาไว้ว่าควรพัฒนาเพิ่มพูนขึ้น จนเป็นผลสำเร็จ เหล่านี้แหละเรียกว่า อิทธิ คำว่า *อิทธิ* และ *สิทธิ* มีความหมายเหมือนกัน ธรรมที่มีอุปการะเป็นอย่างยิ่งต่ออิทธิหรือความสำเร็จนี้แหละ เรียกว่า *อิทธิบาท*

ในหมวดหมู่แห่งโพธิปักขิยธรรมนี้ สิ่งที่เรียกว่า *อิทธิ* หมายถึงธรรมทั้งหลายอันเกื้อกูลต่อโยคาวจรในการเจริญภาวนาของตนๆ ให้เจริญก้าวหน้ายิ่งๆขึ้นไป ทำภาวนาให้เกิดมีขึ้น ให้ได้บรรลุ ให้ได้เข้าถึงจุดมุ่งหมายแห่งภาวนานั้นเอง ถ้ากล่าวตามนัยของ *วิสุทธิ ๗* นี้ย่อมได้แก่ อิทธิธรรม ๔ ประการ ซึ่งช่วยให้สำเร็จประโยชน์ในการทำปาริสุทธิศีล ๔ ให้สมบูรณ์ นอกจากนั้น บริกรรมสมาธิซึ่งเป็นส่วนหนึ่งในจิตตวิสุทธิ ก็เป็นความสำเร็จ (อิทธิ) ในธรรมอย่างหนึ่ง อุปจารสมาธิก็เป็นความสำเร็จอีกอย่างหนึ่ง รูปฌานทั้ง ๕ ก็เป็นความสำเร็จ ๕

ประการ อรูปฌาน ๔ ย่อมเป็นความสำเร็จ ๔ ประการ อภิญญาทั้ง ๕ ก็เป็นความสำเร็จ ๕ ประการเช่นกัน ทิฏฐิวิสุทธิก็เป็นความสำเร็จประเภทหนึ่ง กังขาวิตรณวิสุทธิก็เป็นความสำเร็จอีกประเภทหนึ่ง แม้วิสุทธิที่เหลือก็เป็นความสำเร็จแต่ละประเภทต่างหากจากกัน อิทธิบาท ๔ จึงเป็นหมวดธรรมซึ่งมีประโยชน์เกื้อกูลโดยยิ่งแก่โยคาวจร สนับสนุนให้บรรลุถึงความสำเร็จในการปฏิบัติตามที่กล่าวแล้วเหล่านั้น อิทธิบาทธรรมทั้ง ๔ เหล่านั้น ได้แก่ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมังสา

ฉันทะ คือ ความปรารถนาอันแรงกล้าเกี่ยวกับการทำความสำเร็จ (อิทธิ) ให้เกิดมีขึ้น ยกตัวอย่างเช่น พระราชาพระนามว่า ธรรมโสณฑ์ ทรงดำริว่า ราชบัลลังก์อันปราศจากธรรมนี้หาประโยชน์อันใดมิได้ จึงสละราชสมบัติเข้าไปสู่ป่าเพื่อแสวงหาสัจธรรม ฉันทะในลักษณะเดียวกับฉันทะของพระเจ้าธรรมโสณฑ์นี้แหละ คือ ฉันทะในอิทธิบาท ๔ จิตที่คิดน้อมไปในความสำเร็จ มุ่งไปสู่ความสำเร็จ พัฒนาขึ้นสู่ความสำเร็จ นี้แหละคือ จิตตะในอิทธิบาท ๔ ความเพียรอันแรงกล้าเพื่อบรรลุถึงความสำเร็จ มุ่งมั่นโดยไม่หยุดหย่อนเพื่อความสำเร็จนั้นเรียกว่า วิริยะ ในอิทธิบาท ๔ ปัญญาหยั่งรู้อย่างแจ่มแจ้งถึงภัยทั้งหลาย มีภัยในสังสารวัฏและภัยในอบายภูมิเป็นต้น ซึ่งเป็นปัญญาอันเฉียบคม และเป็นไปเพื่อเกื้อกูลแก่อิทธิหรือความสำเร็จ ปัญญานั้นชื่อว่า วิมังสา ในอิทธิบาท ๔

อินทรีย์ ๕

ธรรมทั้งหลายอันเกื้อกูลแก่โลกุตตรมรรค โดยดำรงความเป็นใหญ่ในจิตสนับสนุนจิตและเจตสิกธรรมที่สัมปยุตร่วมกัน ทั้งเกื้อกูลจิตและเจตสิกธรรมเหล่านั้นในหน้าที่หรือกิจต่างๆของตน เช่น ให้มีศรัทธาตั้งมั่นในพระรัตนตรัยมีพระพุทธเจ้าเป็นอาทิ ธรรมที่ดำรงความเป็นใหญ่เหล่านี้แหละ เรียกว่า อินทรีย์ มีอยู่ ๕ อย่างได้แก่ *สัทธินทรีย์ วิริยินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธินทรีย์* และ *ปัญญินทรีย์*

สัทธินทรีย์ ได้แก่ ศรัทธาอันมีกำลังแรงกล้า เข้มข้นยิ่งกว่าศรัทธาของคนทั่วๆไป เพราะถูกพัฒนาให้เจริญยิ่งขึ้นด้วยขบวนการเจริญภาวนา เป็นความ

เชื่อมั่นไม่คลอนแคลนในคุณของพระรัตนตรัย มีพระพุทธเจ้าเป็นต้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง คือ ความเชื่อมั่นในคำสอนของพระบรมศาสดาว่า เป็นธรรมที่สามารถนำสัตว์ให้พ้นจากความทุกข์ได้ ส่วนวิริยินทรีย์ ได้แก่ ความเพียรในสัมมัปปธาน ๔ ดังที่ได้อธิบายแล้ว สตินทรีย์ได้แก่ สติ ในสติปัฏฐาน ๔ สมาธินทรีย์ ได้แก่ สมาธิอันมีกำลังยิ่ง ซึ่งเกิดจากการเจริญภาวนา ปัญญินทรีย์ได้แก่ ปัญญาหยั่งรู้อันแก่กล้าและเฉียบคมนั่นเอง

เมื่อไม่ได้เจริญอินทรีย์เหล่านี้ให้แก่กล้า โยคาวจรย่อมไม่สามารถบรรลุมรรคผลใดๆได้ เพราะความที่อินทรีย์มีกำลังอ่อนนั้นเอง การเจริญอินทรีย์ควรเป็นไปอย่างเสมอภาคกัน ถ้าเจริญอินทรีย์อย่างใดอย่างหนึ่งจนมีกำลังแก่กล้ายิ่งกว่าอินทรีย์อื่นๆ อาจเป็นเหตุให้อินทรีย์อื่นๆเหล่านั้น ซึ่งมิได้ถูกพัฒนา ให้เจริญเข้มแข็งทัดเทียมกัน ไม่สามารถกระทำกิจของตนซึ่งอินทรีย์นั้นๆ พึงต้องกระทำ ถ้าหากอินทรีย์ข้อใดเพียงหนึ่งเดียวไม่อาจปฏิบัติกิจของตนได้ โลกุตตรมรรคก็ไม่อาจเกิดขึ้นได้เช่นกัน ดังนั้น ถ้าอินทรีย์อย่างใดอย่างหนึ่งแก่กล้ามากจนเกินไป ควรละเว้นการพิจารณาธรรมที่เป็นเหตุให้อินทรีย์นั้นแก่กล้ายิ่งขึ้น และปล่อยให้อินทรีย์นั้นอ่อนกำลังลงบ้าง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สัทธินทรีย์กับปัญญินทรีย์ควรมีอยู่โดยเสมอภาคกัน ทั้งวิริยินทรีย์กับสมาธินทรีย์ก็ควรมีอยู่ในระดับเดียวกันด้วย เพราะถ้าอินทรีย์อย่างใดอย่างหนึ่งในคู่ดังกล่าวมีกำลังมากกว่า อินทรีย์อีกฝ่ายหนึ่งย่อมไม่สามารถกระทำกิจของตนให้ดีได้

พละ ๕

ธรรมทั้งหลายที่ได้ชื่อว่า *พละ* นั้น ได้แก่ธรรมที่น้อมนำโยคาวจรไปสู่ *"สัมโพธิ"* หรือการตรัสรู้ ทั้งนี้ ด้วยการขจัดอุปสรรคขัดข้องในเส้นทางสู่โลกุตตรมรรคของโยคาวจร หรืออุปสรรคอื่นใดที่ขวางกั้นอยู่ในเส้นทางนั้น เป็นธรรมอันเปี่ยมด้วยพลัง ซึ่งไม่อาจถูกสยบได้ด้วยธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ อันอาจทำให้โยคาวจรเกิดความท้อถอยได้ กลับสามารถขับไล่ธรรมทั้งหลายที่เป็นปฏิปักษ์ให้หนีหายไปหมดสิ้น พละทั้ง ๕ มีดังนี้คือ ศรัทธาพละ วิริยะพละ สติพละ สมาธิพละ ปัญญาพละ

ศรัทธาพละ คือ ศรัทธาที่เจริญแก่กล้า ไม่หวั่นไหวด้วยประการใดๆ เพราะอำนาจของ อศรัทธา (ความไม่เชื่อในพระรัตนตรัย เป็นต้น) วิริยพละ คือ ความเพียรอันยิ่งยวดซึ่งเจริญแก่กล้า ไม่มีความหวั่นไหวเพราะความเกียจคร้านใดๆ สติพละ คือ ความระลึกรู้เท่าทันอันตั้งมั่นด้วยดีและเจริญแก่กล้าเป็นอย่างยิ่ง ไม่หวั่นไหวไปตามอำนาจแห่งโมหะ (ความหลง) สมาธิพละ คือ สมาธิอันแน่วแน่กล้าแข็ง ซึ่งไม่อาจทำให้เศร้าหมองได้ด้วยความฟุ้งซ่านใดๆ ปัญญาพละ ได้แก่ ญาณหยั่งรู้ซึ่งเจริญขึ้นและเฉียบคมเป็นอย่างยิ่ง จนอวิชชาไม่อาจปิดบังได้

โพชฌงค์ ๗

พระอริยสาวกใดในขณะแห่งโลกุตตรมรรคจิต ย่อมรู้แจ้งแทงตลอดในอริยสัจ ๔ เพราะอาศัยความประชุมพร้อมแห่งธรรมเหล่าใดอันเป็นปฏิปักษ์ต่อเหตุขัดข้องทั้งหลาย มีถีนมิทธะและอุทธัจจะเป็นต้น ความประชุมพร้อมแห่งธรรมเหล่านั้นแหละเป็น *โพธิ* ดังนั้น ธรรมอันเป็นองค์ประกอบหรือ "อวัยวะ" แห่งโพธินั้น จึงได้ชื่อว่า *โพชฌงค์* มีทั้งหมด ๗ ประเภทด้วยกัน คือ *สติสัมโพชฌงค์ ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ วิริยสัมโพชฌงค์ ปีติสัมโพชฌงค์ ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ สมาธิสัมโพชฌงค์ อุเบกขาสัมโพชฌงค์*

สติความระลึกได้ซึ่งเจริญแก่กล้าแล้ว มีชื่อเรียกโดยนัยต่างๆกันว่า สติปัฏฐาน สติพละ สตินทรีย์ สัมมาสติ นี้แหละคือสติสัมโพชฌงค์ เมื่อได้เจริญภาวนาจนปัญญามีกำลังแก่กล้าและเฉียบคมยิ่งขึ้นแล้ว ปัญญาอันมีชื่อเรียกโดยนัยต่างๆกันว่า ปัญญินทรีย์ วิมังสาอิทธิบาท สัมมาทิฏฐิ นี้แหละเป็นธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ความเพียรซึ่งเรียกโดยชื่อต่างๆกันว่า สัมมัปปธาน วิริยอิทธิบาท วิริยินทรีย์ วิริยพละ สัมมาวายามะอันเป็นองค์แห่งมรรค ทั้งหมดนี้เป็นวิริยสัมโพชฌงค์ ปีติเจตสิก คือ ความยินดีซึ่งสัมปยุตกับวิปัสสนาจิตเกิดขึ้นเพราะความรู้ความเข้าใจอย่างชัดเจนในลักษณะของสังขารทั้งหลายมีอนิจจลักษณะเป็นต้น เรียกว่า ปีติสัมโพชฌงค์ เจตสิกทั้ง ๒ ดวง คือ กายปัสสัทธิ จิตตปัสสัทธิ ซึ่งดับความเร่าร้อนของกิเลส ทำให้วิปัสสนาจิต

และเจตสิกธรรมอันสัมปยุตกับจิตนั้นดับเย็นผ่อนคลาย น้อมนำไปสู่สภาวะสงบเย็นทั้งทางกายและทางใจ สภาวะนี้แหละคือ ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ สมาธิอันมีชื่อเรียกต่างๆกัน เช่น สมาธินทรีย์ สมาธิพละ และสัมมาสมาธิซึ่งเป็นองค์แห่งมรรค นี้แหละเป็นสมาธิสัมโพชฌงค์ สภาวธรรมที่ควบคุมโพชฌงค์ทั้ง ๖ ประการเบื้องต้น มีสติสัมโพชฌงค์เป็นต้น ให้รวมกันเป็นหนึ่ง มีกำลังแรงกล้าอย่างสม่ำเสมอกัน ไม่ให้อ่อนกำลังลง นี้ได้แก่ อุเบกขาสัมโพชฌงค์

มรรคมีองค์ ๘

เพราะอาศัยหมวดแห่งธรรมใด พระอริยสาวกย่อมกำจัดกิเลสทั้งหลายเสียได้ โดยอาการที่กิเลสเหล่านั้นจะไม่กำเริบขึ้นอีก เป็นผู้ข้ามพ้นจากสังสารวัฏเข้าถึงพระนิพพาน ธรรมทั้งหลายเหล่านั้นแหละ ได้ชื่อว่า มรรค อริยมรรคมี ๔ ระดับ คือ โสดาปัตติมรรค สกทาคามิมรรค อนาคามิมรรค อรหัตมรรค แต่องค์แห่งมรรคมีอยู่ ๘ ประการด้วยกัน ได้แก่ สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ

ปัญญา ซึ่งมีชื่อเรียกต่างๆกันว่า วิมังสาอิทธิบาท ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ จัดเข้าในสัมมาทิฏฐิ วิตกเจตสิกเป็นสัมมาสังกัปปะ ส่วนสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ ทั้ง ๓ นี้ เป็นวิรตีเจตสิก ๓ ดวง ความเพียรอันมีชื่อเรียกต่างๆกัน เช่น สัมมัปปธาน เป็นต้น จัดเป็นสัมมาวายามะ ส่วนสติคือความระลึกได้ ซึ่งเรียกโดยชื่อต่างๆกันมี สติปัฏฐาน เป็นต้น จัดเป็นสัมมาสติ สภาวะที่จิตตั้งมั่นเป็นหนึ่งเดียว *(จิตเตกัคคตา)* นั้นแหละเป็นสัมมาสมาธิ

จบ

วิปัสสนาภาวนา

รจนาโดย พระเรรุกาเน จันทวิมละ สังฆนายกมหาเถระ

สพฺเพ สตฺตา จ ภูตา จ
หิตา จ อหิตา จ เม
อนุโมทิตฺวานิมํ ปุญฺญํ
ปาปุณนฺตุ สิวํ ปทํ

ขอสำสัตว์ในวนวังสิ้นทั้งหลาย
แม้มุ่งร้ายฤาหมายมิตรนิจสิน
โมทนาส่วนบุญนี้ชื่นชีวิน
บรรลุสิ้นสู่นิพพานสราญเทอญฯ

ประวัติหลวงปู่

รู้จักท่านผู้ประพันธ์

ศรีลังกาเป็นเพียงประเทศเล็กๆ ตั้งอยู่บนเกาะทางทิศใต้ของอินเดีย แต่การพระพุทธศาสนาในศรีลังกานั้น ถือได้ว่ามีความเข้มแข็งยิ่งนัก เหตุเพราะพุทธบริษัททั้งพระและฆราวาส ได้ให้ความสำคัญต่อการศึกษาพุทธธรรมกันอย่างจริงจังมาโดยตลอด ทำให้ประเทศนี้มีนักปราชญ์ในทางพระพุทธศาสนาอยู่เป็นจำนวนมาก ในบรรดาพระเถระศรีลังกาที่ได้รับการยกย่องว่า เป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในพระพุทธศาสนาอย่างแท้จริงนั้น ชื่อของพระเดชพระคุณเรรุกาเน จันทวิมลมหาเถระ นับได้ว่าอยู่ในลำดับต้นๆเลยทีเดียว ดังเป็นที่ยอมรับในบรรดาผู้รู้ทั้งหลายว่า “เป็นหนึ่งไม่มีสอง”

ท่านถือกำเนิดในวันที่ ๑๙ กรกฎาคม ๒๔๔๐ ในยุคที่ศรีลังกายังเป็นอาณานิคมของจักรวรรดินิยมอังกฤษ บ้านเกิดของท่านเป็นหมู่บ้านเล็กๆที่ชื่อว่า เรรุกานะ เมื่อแรกเกิดได้ชื่อว่า *รุบัล คุณวรรฒนะ* เป็นลูกคนแรกในบรรดาพี่น้องทั้ง ๖ คน บิดามารดาของท่านเป็นพุทธมามกะที่มีศรัทธาในพระศาสนาอย่างแรงกล้า และเคร่งครัดในวัตรปฏิบัติของชาวพุทธเป็นอย่างยิ่ง ในวัยเด็กท่านได้รับการศึกษาเพียงชั้นประถมปีที่ ๒ และได้เข้าพิธีบรรพชาเป็นสามเณรพร้อมกับเด็กอื่นๆในหมู่บ้านใกล้เคียงอีก ๒๖ คน ที่วัดวินยาลังการาม ในหมู่บ้านโปกุณุวิฏะ เมื่อวันที่ ๘ มกราคม ๒๔๔๙ ขณะอายุยังไม่เต็ม ๙ ขวบเสีย

ด้วยซ้ำ อุปัชฌาย์ของท่านเป็นพระพม่าชื่อ *วินยาลังการะ* ซึ่งขณะนั้นเดินทางมาจาริกปฏิบัติธุดงควัตรในศรีลังกาอยู่พอดี ความรู้และจริยาวัตรของพระเถระพม่ารูปนี้ เป็นที่เลื่อมใสศรัทธาของชาวพุทธในละแวกนั้นเป็นอย่างยิ่ง

การศึกษาขั้นพื้นฐานเพียงชั้นประถมปีที่ ๒ นั้น นับว่าเล็กน้อยยิ่งนัก นอกจากนั้น ในวัยเด็กท่านผู้ประพันธ์ก็ไม่ได้แสดงลักษณะฉลาดปราดเปรื่องให้ปรากฏแต่อย่างใด ออกจะล้าหลังเพื่อนๆรุ่นเดียวกันเสียด้วยซ้ำ ดังท่าน "เล่าไว้ในวัยสนธยา" ให้พระลูกศิษย์รูปหนึ่งฟังว่า

"เราไปโรงเรียนเพียงแค่ชั้นป. ๒ ตอนเรียนอยู่ชั้นป. ๑ เรียนนิทานเรื่อง *สงครามปลาฉลามกับปลาวาฬ* ตอนนี้ก็ยังจำได้อยู่ แต่ชั้นป. ๒ เรียนอะไรมั่ง ตอนนี้จำไม่ได้แล้ว แต่จำเรื่องวีรกรรมการสอบชั้นป. ๑ ขึ้นป. ๒ ได้ดี วันสอบเขาใช้วิธีจัดให้นักเรียนนั่ง (ม้านั่งยาว) หันหน้าเข้าหากัน ครูประจำชั้นบอกเสียงดังๆ ให้นักเรียนเขียนตัวบรรจงอย่างสวยงามลงบนกระดานชนวนของแต่ละคน ประโยคที่บอกให้เขียนมีว่า "ดื่มชามีประโยชน์" เราเขียนไม่ได้เสียนี่ แต่เด็กที่นั่งบนม้านั่งฝั่งตรงกันข้ามเขียนเสร็จเรียบร้อย ลายมือสวยทีเดียว เรามองดูกระดานชนวนของเพื่อน แล้วแอบเขียนลอกตาม สอบได้ขึ้นชั้นป. ๒ ก็วิธีนี้แหละ เพราะแอบลอกเพื่อนเอาแท้ๆ ถึงสอบขึ้นชั้นป. ๒ ได้"

บรรพชาเป็นสามเณรแล้ว ท่านได้ชื่อใหม่ว่า *จันทวิมละ* หลังจากบรรพชาได้เพียง ๑๙ วัน พระวินยาลังการเถระก็นำสามเณรจันทวิมละไปประเทศพม่า และให้พำนักอยู่ในสำนักเรียนที่ดีที่สุด และเคร่งครัดในวัตรปฏิบัติที่สุดแห่งหนึ่ง ณ ที่นี้เองท่านได้ศึกษาเล่าเรียนพระพุทธศาสนาอย่างจริงจัง ทั้งพระวินัย พระสูตร และพระอภิธรรม นอกจากนั้น ตลอดระยะเวลา ๑๐ ปีที่พำนักอยู่ในพม่า ท่านยังได้ฝึกฝนปฏิบัติสมถะและวิปัสสนาภาวนาอย่างต่อเนื่อง จากคณะอาจารย์ซึ่งล้วนบรรลุถึงจุดสุดยอดทั้งทางวิชาการและจิตตภาวนา จนท่านมีความแตกฉานในด้านปริยัติ และมีความเชี่ยวชาญในด้านปฏิบัติ อย่างยากที่จะหาศิษย์อื่นใดในรุ่นนั้นเปรียบเทียบได้ ลักษณะพิเศษของท่าน คือ มีความทรงจำและสมาธิดีเป็นเลิศ จึงทำให้ท่านมีความรุดหน้าในการศึกษายิ่งกว่าใครๆ ท่านไม่เพียงศึกษาพระไตรปิฎกอย่างทะลุปรุโปร่งเท่านั้น แต่ยังได้ศึกษาลึกลง

ไปถึงชั้นอรรถกถาและฎีกา ทั้งยังมีความเชี่ยวชาญในภาษาพม่า บาลี และสันสกฤตเป็นอย่างดีด้วย

เมื่อแรกเริ่มไปศึกษาเล่าเรียนที่พม่าในฐานะสามเณรน้อยนั้น ท่านก็เรียนล้าหลังเพื่อนๆ และออกจะมีนิสัยเกียจคร้านเอามากๆเสียด้วย จนถูกลงโทษบ่อยครั้ง ท่านเล่าว่า ในสำนักเรียนที่พม่านั้น มีระบบ "ราตรีวาจนะ" หรือ การบอกหนังสือในเวลากลางคืน โดยสถานที่บอกหนังสือนั้น มักเป็นลานวัดหรือส่วนใดส่วนหนึ่งของวัดที่มีความเหมาะสมหรือกว้างขวางเพียงพอ แต่พื้นที่ดังกล่าวจะถูกรักษาไว้ให้ตกอยู่ในความมืดมิดของราตรีกาลอย่างสิ้นเชิง ไม่มีการใช้แสงไฟในรูปแบบใดๆทั้งสิ้น ทั้งอาจารย์และลูกศิษย์ต่างนั่งอยู่ในความมืดสนิทนั้นเสมอเหมือนกัน ลูกศิษย์ทุกคนต้องตั้งใจฟังอาจารย์บอกหนังสืออย่างเต็มที่ และจดจำสิ่งที่อาจารย์สอนให้ได้ครบถ้วน โดยไม่ใช้อุปกรณ์ช่วยความจำอื่นใดเลย ไม่ต้องพูดถึงแม้แต่หนังสือหรือสมุดจดบันทึก ซึ่งย่อมไม่มีประโยชน์ใดๆในความมืดเช่นนั้นอยู่แล้ว ถ้าเผลอสติส่งใจไปในเรื่องอื่นใด ย่อมยากจะเข้าใจหรือจดจำคำสอนของอาจารย์ได้ ต่อให้ตั้งใจฟังอย่างใจจดจ่อ ก็ยังยากจะจดจำให้หมดสิ้นกระบวนความ แต่กระนั้น วิธีการสอนแบบโบราณเช่นนี้ย่อมเป็นวิธีการอันประเสริฐสุดสำหรับฝึกฝนสมาธิและความทรงจำให้แม่นยำเป็นเลิศ คัมภีร์พระอภิธรรมทั้งหลาย ทั้งอภิธัมมัตถสังคหะ ธาตุกถา ยมก ปัฏฐาน หรือคัมภีร์อื่นๆ ล้วนเรียนกันโดยวิธีนี้แทบทั้งนั้น

หลวงปู่ทบทวนความหลังเมื่อไปศึกษาเล่าเรียนที่พม่าในระยะแรกๆว่า

"บางทีอาจารย์บอกหนังสือรวดเดียว ๓-๔ ชั่วโมง โดยไม่มีการหยุดพักเลย บางคืนระหว่างนั่งเรียนมืดๆกันอย่างนี้ เราถึงกับง่วงพับหลับไปเลย จบคาบเวลาเรียนแล้ว พระเณรรูปอื่นก็พากันลุกขึ้นแล้วกลับออกไป เหลือแต่เราหลับปุ๋ยอยู่คนเดียว ตอนนั้นเรามันขี้เกียจเรียนเอาเสียจริงจัง ทั่วทั้งแผ่นดินพม่า เราน่าจะเป็นนักเรียนที่เกียจคร้านที่สุดในเวลานั้นจริงๆ"

แต่แล้วในที่สุด เมื่อท่านได้ฝึกฝนอบรมตนโดยไม่ย่อท้อ และบารมีในทางธรรมของท่านเพิ่มพูนมากขึ้น ท่านก็กลับกลายเป็นนักศึกษาที่ขยันขันแข็งเป็นอย่างยิ่ง สามารถศึกษาวิชาการต่างๆจนเจนจบ มีความเชี่ยวชาญรอบรู้ทั้งในด้านปริยัติและปฏิบัติอย่างเป็นเลิศ แม้แต่คณะอาจารย์ของสำนักเรียน

หรือสำนักปฏิบัติที่โดดเด่นมีชื่อเสียงที่สุดในขณะนั้น ต่างก็ยอมรับในความสำเร็จอันเป็นเอกของท่าน

ท่านได้เดินทางกลับไปเยือนศรีลังกา ก่อนจะเดินทางมาพม่าอีกครั้งหนึ่งเพื่อเข้าพิธีอุปสมบท ณ พัทธสีมาวัดธัมมิการาม ในวันที่ ๒๖ ตุลาคม ๒๔๖๐ หลังจากอุปสมบทแล้ว ท่านได้พำนักอยู่ในพม่าต่อไปอีกราว ๑ ปี จึงเดินทางกลับศรีลังกาเป็นการถาวร

หลังจากกลับคืนสู่ศรีลังกาแล้ว ท่านได้พำนักอยู่ ณ วัดมหาวิสุทธาราม ในกรุงโคลัมโบ บุคคลแรกที่แนะนำและสนับสนุนให้ท่านเขียนหนังสือวิชาการทางพระพุทธศาสนา คือ พระสิริธัมมเถระแห่งวัดนี้นั่นเอง ดังนั้น เมื่อท่านได้ไปอยู่ประจำ ณ วัดวินยาลังการาม อันเป็นวัดที่ท่านบรรพชาเป็นสามเณรเมื่อกว่า ๑๐ ปีมาแล้ว ท่านก็เริ่มต้นกิจกรรมเผยแผ่พระพุทธศาสนา และดำเนินงานด้านการเขียนควบคู่ไปด้วยกัน

หนังสือทุกเล่มที่ท่านเขียนล้วนเปี่ยมล้นด้วยคุณค่าทางวิชาการ ท่านไม่เพียงรู้ซึ้งในพุทธธรรมอย่างลุ่มลึกและกว้างขวาง ทั้งยังมีความสามารถในการอธิบายพระธรรมอันลึกซึ้งด้วยภาษาที่ไพเราะสละสลวยและเข้าใจง่าย ทำให้หนังสือของท่านเป็นที่นิยมชมชอบของนักอ่านทุกระดับ แม้แต่พระเถระที่ทรงความรู้และเป็นนักเทศน์นักสอนในระดับแนวหน้าของศรีลังกา ก็ใช้หนังสือของท่านเป็นตำราศึกษาและอ้างอิงอยู่เนืองๆ ชาวพุทธศรีลังกาถือว่า หนังสือของท่านทุกเล่มเป็นสมบัติอันล้ำค่าของพระพุทธศาสนาและของชาติด้วย ถึงกับมีการจัดตั้งหน่วยงานขึ้นมาเพื่ออนุรักษ์และเผยแพร่ผลงานที่ท่านเขียนไว้ เพื่อให้ดำรงคงอยู่และเป็นที่รู้จักแพร่หลายมากยิ่งขึ้น

แม้ท่านจะเป็นพระเถระที่มีชื่อเสียงเลื่องลือ และมีลูกศิษย์อยู่ในวงการต่างๆมากมาย แต่ท่านก็เป็นพระเถระที่มักน้อยสันโดษยิ่งนัก วัดที่ท่านใช้เป็นที่พำนักและผลิตผลงานอันทรงคุณค่าเหล่านี้ เป็นวัดเล็กๆ ซึ่งเกือบไม่มีสิ่งใดเป็นที่น่าสนใจเลย ยกเว้นต้นไม้ใบหญ้าอันมีอยู่โดยธรรมชาติ และสภาพแวดล้อมแบบชนบทที่อยู่ห่างไกลจากสังคมเมือง มีความสะอาดเรียบง่ายแบบวัดป่าที่เคร่งครัดที่สุดแห่งหนึ่ง ปราศจากอุปกรณ์อำนวยความสะดวกด้วยประการทั้ง

ปวง ไม่มีวิทยุ โทรทัศน์ คอมพิวเตอร์ เครื่องปรับอากาศ พัดลม หรือแม้กระทั่งเครื่องทำน้ำอุ่น ท่านเองเคยพูดเมื่อล่วงปัจฉิมวัยและเป็นพระเถระที่มีชื่อเสียงแล้วว่า สิ่งจำเป็นสำหรับการทำงานเขียนหนังสือมีเพียง ๔ อย่าง คือ เก้าอี้ แผ่นไม้รองเขียน (ใช้วางพาดไว้บนพนักเก้าอี้) กระดาษ และปากกา ยิ่งในช่วงเวลาที่ท่านยังแข็งแรงและกำลังขายังดีอยู่นั้นท่านไม่ใช้เก้าอี้นั่งเขียนเสียด้วยซ้ำ หากเขียนในอิริยาบถยืน โดยวางกระดาษลงบนแผ่นรองมีขาตั้ง แผ่นรองนั้นมีความสูงอยู่ในระดับพอดีกับการวางข้อศอกและจรดปลายปากกา ในขณะเขียนท่านจะเจริญสมาธิภาวนาไปด้วย ซึ่งอันที่จริงท่านเป็นอยู่ด้วยการเจริญภาวนาเป็นนิจสินอยู่แล้ว ลายมือของท่านจึงงดงามเป็นระเบียบ อ่านง่าย แม้เขียนลงบนแผ่นกระดาษที่ไม่มีเส้น บรรทัดก็จะตรงแน่วและมีระยะห่างกันพอเหมาะพอควร ผลงานการประพันธ์อันยิ่งใหญ่คู่ควรแก่สถานะความเป็นสมบัติของชาติเหล่านี้ ล้วนเกิดจากแผ่นกระดาษราคาถูก และปลายปากกาที่แสนธรรมดา จนเกือบไม่มีราคาค่างวดอะไรเลย

ท่านเป็นพระที่ยึดมั่นในพระธรรมวินัย หลีกเลี่ยงการประจบสอพลอและรบกวนชาวบ้านในทุกรูปแบบ แม้เมื่อรัฐมนตรีที่เป็นลูกศิษย์ใกล้ชิดของท่านปวารณาตน ให้เอ่ยปากขอสิ่งใดๆที่ท่านต้องการได้ ท่านเพียงแต่พูดว่า พระภิกษุหาควรเที่ยวขอสิ่งนั้นสิ่งนี้จากชาวบ้านไม่ และท่านไม่ยอมเอ่ยปากขอสิ่งใดๆจากใครเลย เมื่อท่านเขียนหนังสือ *อริยสัจ ๔* ขึ้นมานั้น ทางวัดไม่มีเงินค่าพิมพ์เสียด้วยซ้ำ ลูกศิษย์ที่ใกล้ชิดต้องเที่ยวหยิบยืมจากคนที่คุ้นเคยหลายคนจนพอเพียงสำหรับการพิมพ์ครั้งแรก แต่หนังสือเป็นที่นิยมชมชอบของนักอ่านและนักศึกษาธรรมะยิ่งนัก ทำให้ขายได้อย่างรวดเร็วจนมีเงินพอใช้หนี้ตามกำหนด และยังมีเหลืออีก ๕๐๐ รูปี จนบัดนี้ได้ตีพิมพ์ซ้ำแล้วซ้ำเล่าถึง ๒๒ ครั้ง แม้ในยุคที่ท่านมีชื่อเสียงและ "ดัง" มากแล้ว ท่านก็ไม่เคยเปลี่ยนแปลงปฏิปทาแห่งความมักน้อยสันโดษนี้เลย

ผู้ที่ได้เห็นความเคร่งครัดเอาจริงเอาจังในการบำเพ็ญสมณธรรมของท่านมักนมัสการถามท่านว่า ท่านปรารถนาพุทธภูมิหรืออย่างไร ท่านเพียงแต่ยิ้มแล้วตอบเหมือนดังที่ท่านชอบปรารภอยู่เนืองๆว่า ท่านต้องการให้ "เบญจขันธ์" นี้เป็นชาติสุดท้าย ไม่ต้องการไปสู่ภพชาติใหม่อีกต่อไปแล้ว คุณธรรมและ

ปฏิปทาแห่งความเป็น "พระสุปฏิปันโน" ของท่าน ทำให้ลูกศิษย์ที่ใกล้ชิดเชื่ออย่างสนิทใจว่า ท่านเป็น "พระอรหันต์" อย่างแท้จริง หรืออย่างน้อยที่สุดก็เป็นผู้ทรงคุณธรรมแห่งความเป็นพระอริยบุคคล ท่านดำรงชีวิตสมณเพศอย่างเรียบง่ายที่สุด สมถะที่สุด ปราศจากการเสแสร้งใดๆ แม้ในบั้นปลายของชีวิต ดวงตาทั้ง ๒ ของท่านจะบอดสนิท จนไม่สามารถแยกแยะความแตกต่างระหว่างกลางวันและกลางคืนได้ ท่านก็ใช้เวลาแต่ละวันให้หมดไปด้วยความเพียรภาวนาอย่างไม่หยุดหย่อน ประหนึ่งว่า "ดวงตาภายใน" ของท่านลุกโพลงสว่างไสวอยู่ตลอดเวลา ผู้ใกล้ชิดทุกท่านยืนยันตรงกันว่า ไม่เคยเห็นท่านแสดงอาการขุ่นเคือง รำคาญใจ มักมาก อยากได้ หรือหวั่นไหวด้วยโลกธรรมใดๆ ทั้งสิ้นเลย

ในวันที่ ๑๐ มกราคม ๒๕๒๔ เมื่อท่านอายุได้ ๘๔ ปี และดวงตาของท่านยังใช้การได้ดีอยู่นั้น ท่านได้เขียน "คำสั่ง" เกี่ยวกับวิธีการจัดงานศพของท่าน และได้มอบคำสั่งนี้ไว้กับพระลูกศิษย์ที่ใกล้ชิดที่สุดเอาไว้ ตามปกติพิธีฌาปนกิจในศรีลังกาเป็นเรื่องใหญ่ โดยเฉพาะสำหรับพระมหาเถระที่มีลูกศิษย์ทั่วบ้านทั่วเมืองเช่นท่าน แน่นอนว่าจะต้องเป็นงานที่ยิ่งใหญ่ระดับชาติ ปริญญากิตติมศักดิ์ระดับสูงสุดจากสถาบันต่างๆ ตำแหน่งการปกครองระดับมหาสังฆนายก และคำประกาศเกียรติคุณอันหลากหลาย เป็นเครื่องยืนยันถึงผลงานอันอเนกอนันต์ซึ่งท่านได้กระทำมาตลอดอายุขัย และแสดงถึงความยอมรับในทุกวงการ แต่บนกระดาษคำสั่งแผ่นนี้ ซึ่งเขียนด้วยลายมืองดงามเป็นระเบียบ และมีลายเซ็นกำกับไว้อย่างเรียบร้อยนั้น ด้านบนสุดท่านเขียนคำบาลีไว้ว่า *"มรณํ นิยตํ"* (ความตายเป็นของแน่นอน) จากนั้นเป็นคำสั่งห้ามไม่ให้ประกาศข่าวมรณภาพของท่าน ห้ามติดธงประดับวัด เพราะชาวบ้านเห็นธงจะรู้ว่าท่านมรณภาพแล้ว และห้ามการตกแต่งใดๆด้วยประการทั้งปวง ท่านเพียงขอให้นำไม้ฟืนมากองเป็นเชิงตะกอน แล้วนำร่างของท่านวางลงบนเชิงตะกอนนั้น และทำการเผาในทันที โดยท่านระบุไว้ด้วยว่า "เวลาเหมาะสม" สำหรับการฌาปนกิจ คือ เวลาที่จัดทำเชิงตะกอนเสร็จแล้วนั่นเอง ต่อเมื่อได้ทำการฌาปนกิจเป็นที่เรียบร้อยแล้วนั่นแหละ จึงค่อยแจ้งข่าวออกไป และให้ชี้แจงด้วยว่า นี้คือความปรารถนาในการจัดงานศพของท่าน ท้ายที่สุด ท่านไม่ลืมที่จะเขียนสำทับไว้

ด้วยว่า ถ้าหากไม่ทำตามที่สั่งไว้ ถือว่าไม่ให้เกียรติและไม่เคารพท่าน ดังส่วนหนึ่งของคำสั่งที่ท่านระบุเอาไว้ว่า

"หลังจากฌาปนกิจศพของเราเสร็จเรียบร้อย จึงค่อยลงประกาศในหนังสือพิมพ์ว่า เราได้มรณภาพแล้ว และได้มีการดูแลเรื่องฌาปนกิจศพของเรา เสร็จสิ้นตามคำสั่งที่เราได้กำหนดไว้ล่วงหน้าแล้วเช่นกัน เมื่อได้ปฏิบัติเช่นนี้จึงชื่อว่า เป็นการเคารพต่อความต้องการของเรา ถ้าไม่ทำตามความประสงค์ของเรา แต่กลับปฏิบัติเป็นอย่างอื่น ถือว่าไม่ให้เกียรติและไม่เคารพต่อเรา ดังนั้น ขอให้เป็นไปตามคำสั่งนี้เถิด"

ไม่มีอะไรเรียบง่ายยิ่งไปกว่านี้อีกแล้ว นี้เป็นสุดยอดแห่งความเรียบง่ายอย่างแท้จริง ชีวิตของท่านล้วนเป็นความเรียบง่าย ทั้งในเบื้องต้น ท่ามกลางและที่สุด ตราบจนลมหายใจสุดท้ายละสังขารของท่านไปเมื่อวันที่ ๔ กรกฎาคม ๒๕๔๐ (ค.ศ. ๑๙๙๗) ผู้ที่เคารพและศรัทธามักพูดถึงวาระนี้ว่า เป็นการปรินิพพาน เนื่องเพราะความเชื่อว่า ท่านเป็นพระอรหันต์ แต่ไม่ว่าจะอย่างไร ท่านคือพระเถระผู้เพียบพร้อมด้วยความรู้และปฏิปทา (วิชชาและจรณะ) อันควรแก่การกราบไหว้บูชาของชาวโลก และเป็นตัวอย่างอันงดงามที่สุดของสมณะพุทธชิโนรส ซึ่งหาได้ยากยิ่งในโลกแห่งปรัตยุบันสมัยอันสับสนวุ่นวายเต็มไปด้วยความยึดถืออัตตาตัวตน การแก่งแย่งชิงดีชิงเด่น การโอ้อวดความยิ่งใหญ่ต่อกัน และความละโมบโลภมาก อยากได้ใคร่มีไม่สิ้นสุดนี้อย่างแน่นอน

ไม่ละเว้นแม้กระทั่งในวงการคณะสงฆ์

ผลงานของพระเรรุกาเน จันทวิมลมหาเถระ

(ทุกเล่มเป็นภาษาสิงหล แปลชื่อเป็นไทยเพื่อให้ผู้อ่านเข้าใจ)

ประเภทพระวินัย

๑. สู่ร่มเงาพระศาสนา

๒. คู่มือพระวินัย

๓. สิกขาบทของพระภิกษุ

๔. ภิกขุและภิกขุณีปาติโมกข์ (บาลีพร้อมคำแปล)

ประเภทพระอภิธรรม

๑. วิถีแห่งพระอภิธรรม

๒. ความรู้พระอภิธรรมขั้นพื้นฐาน

๓. คำแปลปัฏฐานมหาปกรณ์

๔. อภิธัมมัตถสังคหะ พร้อมคำแปล

ประเภทปฏิบัติจิตตภาวนา

๑. วิปัสสนาภาวนา

๒. วิธีเจริญสติปัฏฐานแบบดั้งเดิม

๓. มหาวิปัสสนาภาวนา ๔๐ แนวทาง

๔. วิเคราะห์สติปัฏฐานภาวนา และผลงานเขียนอื่นๆ

ประเภทหลักธรรม

๑. อริยสัจ ๔

๒. ปารมิตาปกรณ์

๓. โพธิปักขิยธรรม

๔. ปฏิจจสมุปบาทธรรม

๕. ธรรมวินิจฉัย

๖. กิเลสพันห้า

๗. วัญจกธรรมและอุปกิเลส

๘. อธิบายมงคลธรรม

ประเภททั่วไป

๑. คู่มือชาวพุทธ

๒. แนะนำทำบุญ

๓. พระคุณ ๒๔ ประการของพระรัตนตรัย

๔. วันพระ

๕. พุทธนีติสังคหะ

๖. วินิจฉัยเรื่องพระนิพพานและการเกิดใหม่

๗. พิธีบูชาต้นโพธิ์

เกี่ยวกับผู้แปล

ดร. สุนทร พลามินทร์ เกิดที่จังหวัดนครปฐมในปีพ.ศ. ๒๔๙๕ บวชเรียนแต่ยังเยาว์ เคยเดินทางไปศึกษาในประเทศศรีลังกาและอินเดีย ได้รับปริญญาเอกในปีพ.ศ. ๒๕๒๓

เป็นอาจารย์บรรยายวิชาพระพุทธศาสนาภาคภาษาอังกฤษ และวิชาแต่งภาษาอังกฤษ ที่มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยได้ ๓ ปี ก็เดินทางไปปฏิบัติศาสนกิจในสหรัฐอเมริกา เป็นผู้นำสร้างวัดพุทธธรรมในรัฐอิลลินอยส์ใกล้นครชิคาโก บรรยายพระพุทธศาสนาและสอนการปฏิบัติจิตตภาวนา ในมหาวิทยาลัยและสถาบันการศึกษาต่างๆ ทั้งในประเทศอเมริกาและภาคพื้นทวีปยุโรป พร้อมทั้งรับอาราธนาออกรายการโทรทัศน์ในสหรัฐอเมริกา เขียนหนังสือ และเขียนบทความลงตีพิมพ์ในหนังสือพิมพ์และวารสารหลายฉบับ

ปี พ.ศ. ๒๕๓๖ กลับมาลาสิกขาในประเทศไทยเนื่องจากปัญหาสุขภาพ ใช้เวลาเขียน/แปลหนังสือและบทความ สอนโยคะ สอนภาษาอังกฤษ และเป็นวิทยากรนำเที่ยวไปยังประเทศต่างๆทั่วโลก เคยเดินทางมาแล้วกว่า ๑๐๐ ประเทศ และมีผลงานตีพิมพ์เผยแพร่แล้วกว่า ๒๐ เล่ม

รายนามผู้ร่วมบริจาค

ศรีนวล จรัสศิลป์	๗๖,๗๐๐ บาท
อุษา วงศ์คำ และครอบครัว	๑,๐๐๐ บาท
ดวงพร ศุขโรจน์	๕,๐๐๐ บาท
ขวัญจิตต์ ติยานนท์	๒,๐๐๐ บาท
ธัญวรัตน์ กนิษฐบุณยวินิจ	๑,๐๐๐ บาท
พีรยศ แทนนิกร	๑,๐๐๐ บาท
อรุณศักดิ์ ทองซ้อนกลีบ	๑,๐๐๐ บาท
ชื่นจิต-พรชัย บูรณะชัยทวี	๒,๐๐๐ บาท
เล็ก บัลบวยนา	๑,๐๐๐ บาท
ปาริชาติ เมืองฤกษ์, เอกวัตร ทองหลิ่ม	๘๐๐ บาท
มาลินี จัง	๕๐๐ บาท
พิมพ์พร เวชาลิกานนท์	๕๐๐ บาท
วราภรณ์ ลิมป์กฤตนุวัตร์	๖๐๐ บาท
เฉลิมศักดิ์-จินตนา อังศุพันธุ์	
และครอบครัว	๑,๐๐๐ บาท
วนิดา กาญจนกิ่งแก้ว	๔,๐๐๐ บาท
มาลินี-ทวีศักดิ์ ศรีประจิตติชัย	
และครอบครัว	๒๒,๐๐๐ บาท
ปิยวรรณ ลือชัยชัยกุล	๒๐๐ บาท
อัจฉรี ปิ่นทอง	๒,๐๐๐ บาท
ทัศนีย์ มั่นพรหมศิริ	๑,๐๐๐ บาท
พิมพ์นรี นิโรธรังสี และครอบครัว	๑,๐๐๐ บาท
ผ่องศรี จรัสศิลป์	๑๐๐ บาท
เอมอร จรัสศิลป์	๑๐๐ บาท
ดุษณี แสงสว่างวัฒนะ	๑๐๐ บาท
พระพงศธรณ์ เกตุญาโณ	๓,๐๐๐ บาท
ครอบครัว เจนวิทยาพันธ์	๑,๐๐๐ บาท
พระสมภพ ภูริญาโณ	๒,๐๐๐ บาท
นพ.นิพนธ์-มาลัย จันทร์วงศ์	๓,๐๐๐ บาท
รศ.ดร.สันติยา เอกอัคร	๓,๐๐๐ บาท
อริสรา ธนาธิป	๑,๐๐๐ บาท
สาธร อุพันวัน	๒๐๐ ดอลลาร์
เพ็ญศรี ตรีทัพ	๒,๐๐๐ บาท
พรทิพย์ กุณฑลสุรกานต์	๒,๐๐๐ บาท
พีรวรรณ จิตติวัฒนา	๕๐๐ บาท
สมศรี บัณฑิต	๕๐๐ บาท
กนกพร ศิริเสรี	๑,๕๐๐ บาท
พญ.พรทิพย์ เชาวรียวงศ์	๕,๐๐๐ บาท
มรรยาท จารุมณี	๑๐,๐๐๐ บาท
วรรณวิมล ชัยอรุณดีกุล	๑,๐๐๐ บาท
วัจนา บุญฤทธิพงศ์	๑,๐๐๐ บาท
วทัญญา ธีปฏิกานนท์	๑,๐๐๐ บาท
พันทิพา บูรณมาตร์	๒,๐๐๐ บาท
วรรณี ศิวยาธร	๑,๐๐๐ บาท
รังสฤษดิ์ ลักษิตานนท์	๕,๐๐๐ บาท
อังสนะรักษ์ โอสุริยวงศ์	๑๐,๐๐๐ บาท
ทรงกลด พยัฆธรรม	๑๐,๐๐๐ บาท
อารยา พิพัทธกุศลกุล	๓,๐๐๐ บาท
กัลยารัตน์ ศิริลัภยานนท์	๒,๐๐๐ บาท
จุฑารัตน์ กรัดทาน และครอบครัว	๑๐,๐๐๐ บาท
สุนันทา ชูลิขิต	๒,๐๐๐ บาท
ยุพา ปฐมท่าจีนเจริญ และครอบครัว	๑,๐๐๐ บาท
เก็จวรี หุตาคม และครอบครัว	๑,๐๐๐ บาท
ปาลินีย์ เมืองแก้ว และครอบครัว	๑,๐๐๐ บาท
จริยา อ่อนทอง และครอบครัว	๕๐๐ บาท
สุภาวดี เจ้ยชุม และครอบครัว	๕๐๐ บาท
วิน-สาวิตรี เพชรรักษ์ และครอบครัว	๕๐๐ บาท
กัญญา ปรัชญาจุฑา	๓,๐๐๐ บาท

นิดดา-ดร.ทวีทอง หงษ์วิวัฒน์	๒๐,๐๐๐ บาท	พิมพ์นิภา วิชยวรพัฒน์	๕๐๐ บาท
ชุติมา สุวรรณกุล ธนะปุระ อภิวัฒน์ ธนะปุระ		มาริษา พลตรี และครอบครัว	๑๐๐ บาท
พระอิสรา ฐานิสสโร	๓,๐๐๐ บาท	ปัทมา ศรีประเสริฐ	๑,๐๐๐ บาท
สุพรรณี วาทยะกร	๑,๐๐๐ บาท	มัณฑนา ชูโต	๑,๐๐๐ บาท
พีระพัฒน์ -กมลรัตน์ วงษ์ไทย	๒,๖๐๐ บาท	กัลย์ยกร จันทรภูรพินิจ	๑,๐๐๐ บาท
นพ.อนันต์-ศิริเพ็ญ-อิษฎา-		ทรงศักดิ์-พรศรัณย์ ควรคิด	๒,๐๐๐ บาท
อนวัทย์ เกียรติเฟื่องฟู	๒,๕๐๐ บาท	ทญ.อัญชลี ศรีประจิตติชัย	๑,๐๐๐ บาท
ทวีศักดิ์-ทวินุช-ชญานุช หงษ์ทอง	๑,๕๐๐ บาท	มยุรี บุญทอง	๑,๐๐๐ บาท
อนุชิต บุญญลักษณ์ และครอบครัว	๕,๐๐๐ บาท	มล.ศรีลดา ลดาวัลย์	๓,๐๐๐ บาท
จิดาภา ศิริรัชชานนท์	๕๐๐ บาท	เรณู แน่งน้อย	๕๐๐ บาท
อุดมศักดิ์ เอกสินานนท์	๕๐๐ บาท	ดร.สุนทร พลามินทร์	๓,๐๐๐ บาท
ดญ.บุญยานุช เอกสินานนท์	๕๐๐ บาท	นิรมล ช่อทับทิม	๑,๐๐๐ บาท
วัชราภรณ์ คุณหอม	๒๐๐ บาท	อานนท์ สุวรรณเครือ	๑๐,๐๐๐ บาท
จุฑามาศ ทองหงษ์	๒๐๐ บาท	พิรุณ-ศิริรัตนา รัตนประสิทธิ์	๕,๐๐๐ บาท
ศุภลักษณ์ ลาภตันศุภผล	๒๐๐ บาท	เปมิกา กระแสชล	๒,๐๐๐ บาท
ณัฐมน ดีอินทร์	๒๐๐ บาท	พญ.วรนุช-นพ.วิโรจน์ ตั้งเจริญเสถียร	๒,๐๐๐ บาท
ศรินทิพย์ ตันติสุนทรสกุล	๒๐๐ บาท	สมสุข บุญญบัญชา	๑,๐๐๐ บาท
สุจินดา บัวแก้ว	๒๐๐ บาท	พ่อกี้ถ่อง-แม่คีเฮียง แซ่หล่อ	๑,๐๐๐ บาท
จุฑารัตน์ ปานแก้ว	๒๐๐ บาท	นิรมล พฤฒาธร	๕๐๐ บาท
ทิพย์วรรณ สุดเมือง	๒๐๐ บาท	นุชนาฏ บัณฑรรุ่งโรจน์	๑,๐๐๐ บาท
อรสุธี สกุลบริรักษ์ และครอบครัว	๒๐๐ บาท	รัมภา สาลิการิน	๑,๐๐๐ บาท
สวัสดิ-บุญเทียม บัวแก้ว	๒๐๐ บาท	ชนัดดา ผาสุขฤทธิ์ และครอบครัว	๑,๐๐๐ บาท
สุชาดา อุดมสมบัติรัตนะ และครอบครัว	๑๐๐ บาท	ปัทมา เอื้อรักษ์โอฬาร	๑,๐๐๐ บาท
อรพรรณ ไร่อินทร์ และครอบครัว	๑๐๐ บาท	ลาวัณย์ เดชะพหุล	๑,๐๐๐ บาท
มัณฑนา ท้าวทอง และครอบครัว	๑๐๐ บาท	ทพ.ทวีศักดิ์ สุธาธีรรัตน์	๒,๐๐๐ บาท
อรพิน ตะเภาพงษ์ และครอบครัว	๑๐๐ บาท	ครอบครัวจีระชน	๕,๐๐๐ บาท
เพ็ญศรี ชาติรัมย์ และครอบครัว	๑๐๐ บาท	ดร.พิมพันธ์-สุวิทย์ เจิมสวัสดิพงษ์	๕,๐๐๐ บาท
อมรรัตน์ ก้านสนธิ์ และครอบครัว	๑๐๐ บาท	รศ.วรวรรณ ศรีฉัตราภิมุข	๒,๐๐๐ บาท
ปฏิมา วงศ์จันทร์	๑๐๐ บาท		

วิปัสสนาภาวนา

ภาพปก : อรรถนิติ ลิขิตภาณ์ * ออกแบบปก : พรธิดา ธานีสุข

ประโยชน์สูงสุดอันบุคคลควรบรรลุถึงในฐานะที่เป็นชาวพุทธ ล้วนบรรลุได้ด้วยการเจริญภาวนา โดยแท้ ผลดีงามอื่นใดที่สำเร็จได้ด้วยการให้ทานหรือรักษาศีล ย่อมสำเร็จได้ด้วยการเจริญภาวนาเช่นกัน แต่ผลสูงสุดของการเจริญภาวนาจะบรรลุได้ด้วยการเจริญภาวนาเท่านั้น ไม่อาจบรรลุได้ด้วยการให้ทานหรือรักษาศีลเลย อนึ่ง ผู้เพียรปฏิบัติทางจิตจะได้รับผลของการเจริญภาวนาเฉพาะในชาติหน้าหามิได้ แต่ย่อมได้รับผลแม้ในชาตินี้เลยทีเดียว...